

أجازة أطروحة علمية في صيغتها النهائية
بعد إجراء التعديلات المطلوبة

القسم / علم النفس
التخصص / إرشاد نفسي

الاسم الرباعي / زين محمد سعيد بن جحلان
الدرجة العلمية / ماجستير

عنوان الأطروحة / الأفكار العقلانية وغير العقلانية وعلاقتها باستمرار الحياة الزوجية أو فشلها لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف المرسلين وعلى آله وصحبه أجمعين ... وبعد ...
فبناء على توصية اللجنة المكونة لمناقشة الأطروحة المذكورة عالية والتي تمت مناقشتها بتاريخ ١٤١٦/٩/٣ هـ بقبول الأطروحة بعد إجراء التعديلات المطلوبة . وحيث تم عمل اللازم
فإن اللجنة توصي بإجازة الأطروحة في صيغتها النهائية المرفقة كمتطلب تكميلي للدرجة العلمية المذكورة
أعلاه

والله الموفق ...

أعضاء اللجنة

المشرف

الاسم : د. وفاء محمد بنجر

التوقيع

مناقش من القسم

الاسم : د. سعيد بن علي مانع القحطاني

التوقيع

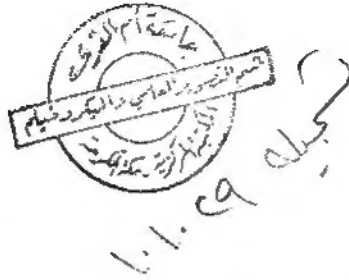
مناقش من خارج القسم

الاسم : د. فائقة محمد بدر

التوقيع

رئيس قسم علم النفس

د. جمال أسعد قران

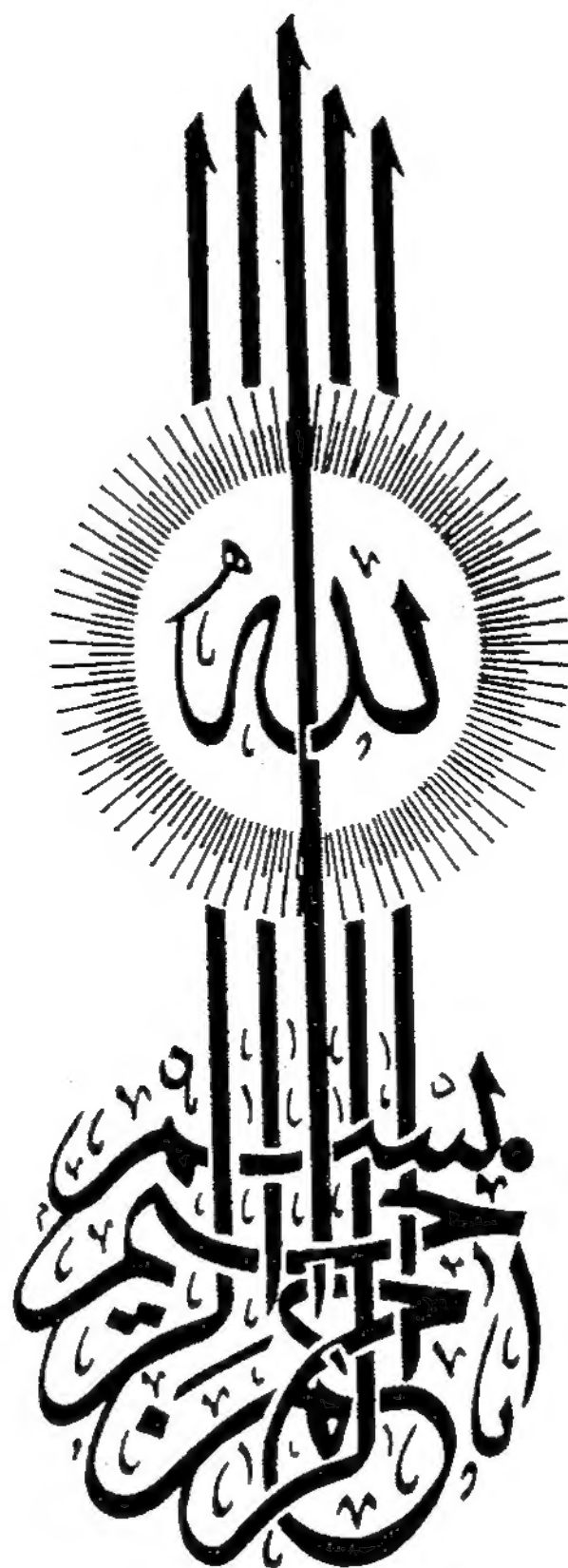


1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	101	102	103	104	105	106	107	108	109	110	111	112	113	114	115	116	117	118	119	120	121	122	123	124	125	126	127	128	129	130	131	132	133	134	135	136	137	138	139	140	141	142	143	144	145	146	147	148	149	150	151	152	153	154	155	156	157	158	159	160	161	162	163	164	165	166	167	168	169	170	171	172	173	174	175	176	177	178	179	180	181	182	183	184	185	186	187	188	189	190	191	192	193	194	195	196	197	198	199	200	201	202	203	204	205	206	207	208	209	210	211	212	213	214	215	216	217	218	219	220	221	222	223	224	225	226	227	228	229	230	231	232	233	234	235	236	237	238	239	240	241	242	243	244	245	246	247	248	249	250	251	252	253	254	255	256	257	258	259	260	261	262	263	264	265	266	267	268	269	270	271	272	273	274	275	276	277	278	279	280	281	282	283	284	285	286	287	288	289	290	291	292	293	294	295	296	297	298	299	300	301	302	303	304	305	306	307	308	309	310	311	312	313	314	315	316	317	318	319	320	321	322	323	324	325	326	327	328	329	330	331	332	333	334	335	336	337	338	339	340	341	342	343	344	345	346	347	348	349	350	351	352	353	354	355	356	357	358	359	360	361	362	363	364	365	366	367	368	369	370	371	372	373	374	375	376	377	378	379	380	381	382	383	384	385	386	387	388	389	390	391	392	393	394	395	396	397	398	399	400	401	402	403	404	405	406	407	408	409	410	411	412	413	414	415	416	417	418	419	420	421	422	423	424	425	426	427	428	429	430	431	432	433	434	435	436	437	438	439	440	441	442	443	444	445	446	447	448	449	450	451	452	453	454	455	456	457	458	459	460	461	462	463	464	465	466
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----

الأفكار العقلانية وغير العقلانية
وعلاقتها باستمرار الحياة الزوجية
أو فشلها لدى عينة من طالبات
جامعة أم القرى

إشراف الدكتور
وفاء محمد بنجر

الغسل الأول ١٤١٦ هـ



الموضوع

الفصل الأول

تحديد مشكلة الدراسة

- ٢ المقدمة
- ٢ مشكلة الدراسة وتساؤلاتها
- ٤ أهمية الدراسة
- ٥ أهداف الدراسة
- ٥ مصطلحات الدراسة

الفصل الثاني

الاطار النظري

- ٧ العلاج العقلاني الانفعالي
- ٤٠ العزوبه
- ٤٤ الزواج
- ٤٨ الطلاق

الفصل الثالث

الدراسات السابقة

- ٥٣ دراسات عربية على نظرية العلاج العقلاني والانفعالي
- ٥٩ دراسات أجنبية على نظرية العلاج العقلاني والانفعالي

- التعليق على الدراسات السابقة ٦٠
- فروض الدراسة ٦١

الفصل الرابع

أجراءات البحث

- منهج الدراسة ٦٣
- مجتمع الدراسة ٦٣
- عينة الدراسة ٦٣
- جمع المعلومات ٦٤
- أدوات الدراسة ٦٤
- الخطوات التي اتخذتها الباحثة في إجراء البحث ٦٩
- التحليل الاحصائي للدراسة ٧٠

الفصل الخامس

عرض النتائج وتفسيرها

- تحليل النتائج وتفسيرها ٧٢
- مناقشة النتائج وعلاقتها بالدراسات السابقة ٧٧
- التعليق على نتائج الدراسة وتفسيرها ١٠٤
- نموذج مقترح في الارشاد الزواجي ١١٠
- التوصيات ١١٤

- ١١٥ - المراجع العربي
- ١٢٤ - المراجع الاجنبيه
- ١٢٨ - الملاحق
- ١٢٩ - ملحق رقم (١)
- استمارة معلومات عامه - اعداد الباحثه
- ١٣٠ - ملحق رقم (٢)
- اختبار الافكار العقلانيه وغير العقلانيه مع التعليمات بعد
- ١٣١ تعديل تصحيحه من الباحثه
- ١٣٣ - ملحق رقم (٣)
- ١٣٤ خطاب الدكتور سليمان الريحاني بموافقه على استخدام
- اختبار الافكار العقلانيه وغير العقلانيه بعد تطويره مع
- صورته من الاختبار واجابته

فهرس الجداول

رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
٦٣	جدول توضيح أفراد العينة	١
٧٢	يوضح دلالة فروق المتوسطات بين المتزوجات والمطلقات في الأفكار غير العقلانية	١
٧٣	يوضح دلالة فروق المتوسطات بين المتزوجات والمطلقات في الأفكار العقلانية	٢
٧٤	يوضح دلالة فروق المتوسطات بين المتزوجات وغير المتزوجات في الأفكار غير العقلانية	٣
٧٥	يوضح فروق متوسطات العمر بين الأصغر والأكبر سناً من عينة الدراسة في تبني الأفكار غير العقلانية والأفكار العقلانية	٤
٧٦	يوضح فروق المتوسطات مدة الزواج بين من مدة زواجهم (٣ سنوات) فأقل وبين من مدة زواجهم أكثر من ذلك في كل من الأفكار غير العقلانية والأفكار العقلانية	٥
٧٧	يوضح التكرارات والنسب المئوية للفكرة رقم (١)	٦
٨٠	يوضح التكرارات والنسب المئوية للفكرة رقم (٢)	٧
٨٢	يوضح التكرارات والنسب المئوية للفكرة رقم (٣)	٨
٨٥	يوضح التكرارات والنسب المئوية للفكرة رقم (٤)	٩
٨٧	يوضح التكرارات والنسب المئوية للفكرة رقم (٥)	١٠
٩٠	يوضح التكرارات والنسب المئوية للفكرة رقم (٦)	١١

فهرس الجداول

رقم الصفحة	محتوا الجداول	رقم الجدول
٩١	يوضح التكرارات والنسب المئوية للفكرة رقم (٧)	١٢
٩٣	يوضح التكرارات والنسب المئوية للفكرة رقم (٨)	١٣
٩٦	يوضح التكرارات والنسب المئوية للفكرة رقم (٩)	١٤
٩٨	يوضح التكرارات والنسب المئوية للفكرة رقم (١٠)	١٥
١٠٠	يوضح التكرارات والنسب المئوية للفكرة رقم (١١)	١٦
١٠١	يوضح التكرارات والنسب المئوية للفكرة رقم (١٢)	١٧
١٠٢	يوضح التكرارات والنسب المئوية للفكرة رقم (١٣)	١٨
١٠٦	يوضح النسب المئوية والعبارات غير العقلانية لدى المطلقات ...	١٩
١٠٧	يوضح النسب المئوية المشتركة بين الفئات الثلاث	٢٠

فهرس الملاحق

رقم الملحق	محتوى الملحق	رقم الصفحة
١	استمارة المعلومات العامة - اعداد الباحث .	١٢٩
٢	اختبار الأفكار العقلانية وغير العقلانية مع التعليمات بعد تعديل تصحيحه من الباحث .	١٣٠
٣	خطاب الدكتور سليمان الريحاني بموافقة على استخدام اختبار الأفكار العقلانية وغير العقلانية بعد تطويره مع صورة من الاختبار واجابته .	١٣٣



شكر وتقدير

خير ما يستهل به من الحمد لله الذي علم بالقلم ، علم الإنسان ما لم يعلم ... الحمد لله والشكر له على العون والخير الجزيل ، الذي أنعم على به في إكمال دراستي والحمد لله الذي هدانا لهذا وما كنا لنهتدي لولا أن هدانا الله والصلاة والسلام على هادي الأمة وكاشف الغمة محمد الأمين صلى الله على آله وصحبه والتابعين إلى يوم الدين وأعترف بالفضل لكل من ساهم بجهد أو نصيحة أنارت لي الطريق السليم .

ولا يسعني في هذا المقام إلا أن أتوجه بخالص الشكر والتقدير إلى سعادة الدكتورة وفاء بنجر التي تفضلت بالإشراف على هذا البحث ، وأولتني الكثير من جهدها وأهتمامها لإتمام هذا العمل على الوجه الأكمل ، منذ أن كان مجرد فكرة إلى أن خرج إلى حيز الوجود .

وأقدم عظيم امتناني وشكري لسعادة الدكتور / سعيد بن مانع لما قدمه لي من عون وتوجيه ، والذي تكرم بمناقشة خطة البحث وتقديمه ومنحي الكثير من وقته الثمين ، وتوجيهاته القيمة وتقديمه لي كل مساعدة ممكنة .

كما أقدم شكري وتقديري لكل من مديد العون والمشاركة بالتوجيه أو العون والنصح وأخص بالذكر الدكتور / ميسره طاهر لتفضله بمناقشة خطة البحث ، وما أفادني به من نصيح سديد وعون أكيد وكذلك فالشكر الجزيل إلى سعادة وكيلات الأقسام في كليتي التربية والشرعية وأصول الدين لتقديمهن العون والمساعدة في تطبيق أدوات الدراسة على الطالبات في أقسامهن ، ومدي بالمعلومات عن مواعيد المحاضرات ومستوى الطالبات فيها .

فجزاهم الله جميعاً خير الجزاء...

الباحثة

ملخص الدراسة

عنوان الدراسة : الأفكار العقلانية وغير العقلانية وعلاقتها باستمرار الحياة الزوجية ، أو فشلها لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى .

المصطلحات : زين محمد سعيد بن جملان .

الدرجة العلمية : الماجستير .

لقد اهتمت كثير من الدراسات والبحوث العلمية سواء كانت عربية أو أجنبية بالزواج والطلاق ، وذلك لما لهما من أثر على حياة الفرد النفسية وعلى البيئة الاجتماعية المحيطة به والملاحظ أنه رغم تعدد الدراسات والأبحاث في هذا المجال ، إلا أنه ليس هناك دراسة تناولت الزواج أو الطلاق من ناحية تأثير الأفكار العقلانية أو غير العقلانية عليها ، هذا على اعتبار أن الاضطرابات النفسية تكون نتيجة لمجموعة من العوامل بعضها يأتي من الخارج وبعضها يأتي من الداخل من عالم القيم والوجدان . لذا كان لابد من معرفة أثر العوامل الذهنية والفكرية ، ودورها في استمرار الحياة الزوجية ، أو فشلها حيث أكد (أليس) على أن أساليب التفكير غير العقلانية ، التي يتبناها الفرد ، تسبب له الاضطرابات النفسية ، التي تشمل جميع جوانب الشخصية ، حيث نلاحظ ذلك في السلوك الظاهر للفرد ، وفي انفعالاته ، وما يصاحبها من تغيرات فسيولوجية ، كما تحدث اضطرابات في التفكير والمعتقدات والقيم ، واهتزاز القيم ، حيث تكون معتقدات الفرد الفكرية خاطئة عن نفسه ، وعن العالم المحيط به .

× ووفقاً لما تقدم ، فإن الباحثة تهدف بدراستها هذه إلى :

– معرفة مدى انتشار الأفكار العقلانية وغير العقلانية بين المطلقات .

– معرفة العلاقة بين الأفكار العقلانية وغير العقلانية في استمرار الحياة الزوجية أو فشلها .

– معرفة مدى انتشار هذه الأفكار العقلانية وغير العقلانية بين المتزوجات وغير المتزوجات .

× ولقد حاولت الباحثة من خلال هذه الدراسة الإجابة على التساؤلات الآتية :

١ – ما مدى انتشار الأفكار غير العقلانية بين المطلقات ؟

٢ – ما أثر الأفكار غير العقلانية في استمرار الحياة الزوجية ؟

٣ – هل توجد علاقة بين زيادة العمر وزيادة الأفكار العقلانية ؟

٤ – هل مدة الزواج لها علاقة بالأفكار العقلانية ؟

وقد استخدمت الباحثة اختبار الأفكار العقلانية وغير العقلانية (الريحاني ١٩٨٥ م)

لإجراء هذه الدراسة ، وذلك في عام ١٤١٥ هـ على عينة مكونة من ٤٠١ طالبة من طالبات جامعة أم القرى من مختلف المستويات وكان عدد عينة غير المتزوجات ١٥٠ طالبة وعدد عينة المتزوجات ١٥٠ طالبة وعدد عينة المطلقات ١٠١ طالبة .

وقد أثبتت هذه الدراسة انتشار الأفكار غير العقلانية بين المطلقات ، وتأكيداً لذلك فقد وجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين غير المتزوجات والمطلقات في الأفكار العقلانية لصالح المتزوجات . وكذلك توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتزوجات وغير المتزوجات في تبني الأفكار العقلانية وغير العقلانية لصالح المتزوجات ، وهذا أيضاً ينطبق على المطلقات وغير المتزوجات لصالح المطلقات . وقد أثبتت الدراسة أيضاً أن طول مدة الزواج يقلل من تبني الأفكار غير العقلانية .

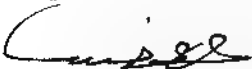
كما أظهرت وجود فروق دالة لصالح الأصغر سناً ، بالنسبة للأفكار العقلانية وغير العقلانية .

لهذا أوصت الباحثة بتطبيق هذه الدراسة على بقية مناطق المملكة ، وكذلك بتطبيقها على المتزوجين من الرجال ، وفتح مكاتب للإرشاد الزواجي – وفتح مكاتب خاصة للعلاج العقلائي الانفعالي لمعالجة الخلافات الزوجية ، مستمدة أفكارها من روح الدين الإسلامي في معالجة الخلافات الزوجية .

عميد كلية التربية

الاسم : د . عبد العزيز خياط

التوقيع :



المشرف

الاسم : د . وفاء محمد بنجر

التوقيع :



الطالبة

الاسم : زين محمد سعيد بن جملان

التوقيع :



الفصل الأول

(تحديد مشكلة الدراسة)

- المقدمة .
- مشكلة الدراسة وتساؤلاتها .
- أهمية الدراسة .
- أهداف الدراسة .
- مصطلحات الدراسة .

المقدمة :

تتعرض الحياة الزوجية في أغلب الأحيان لكثير من المشكلات والاضطرابات ، التي قد تؤدي إلى فشل الحياة الزوجية ، ويكون من نتائج هذا الفشل وجود الأطفال المصابين بالعقد النفسية والتوترات العصبية ، والتي تحدث نتيجة انفصال العلاقات الزوجية ، وكثرة التشاحن والتخاصم بين الزوج والزوجة داخل الأسرة .

والحياة الزوجية لابد أن تقوم على أسس من المحبة والمودة والانسجام المطلق بين الزوجين ، لذا أصبح من الضروري في حياتنا العصرية المتطورة أن تكون العلاقات الزوجية متينة وقوية لتحقيق التكامل النفسي الذي أمهله الإنسان في هذا العصر المتقدم .

وعلى إعتبار أن نظرية « أليس » تفترض أن الإنسان كائن عقلاني وغير عقلاني في آن واحد فقد كرم الله ابن آدم ، وميزه على سائر مخلوقاته بالعقل ، لذا فهو كائن عقلاني ، أي يجب أن يحكم العقل قبل العاطفة في معالجته لما يعترضه من مشاكل ، ولكن من الغريب أن الكائن البشري تعتمل في داخله مجموعة من المتناقضات ، تتحكم في تصرفاته ، فقد يحكم العقل ، ويتصرف حسب ما يميله عليه بعد دراسة طويلة وحسن تفكير ، عندها يستطيع أن يحقق لنفسه أفضل النتائج مما يزيده ثقة بنفسه ، واستمرار في السلوك العقلاني في كل ما يواجهه ، وأما إذا تصرف على نحو غير عقلاني وبوحي من عواطفه ورغباته ، فإن هذا سيجعل تصرفه اندفاعياً عشوائياً ، غير مضمون ويترتب عليه الشعور بالقلق والاضطرابات النفسية .

وفي ضوء نظرية « ألبرت أليس » للعلاج العقلاني الإنفعالي ، حاولت الباحثة معرفة مدى إنتشار هذه الأفكار العقلانية وغير العقلانية بين فئات المتزوجات والمطلقات وغير المتزوجات ، ومعرفة مدى تأثير هذه الأفكار على استمرار الحياة الزوجية أو فشلها .

مشكلة الدراسة وتسائلاتها :

نظراً لما طرأ على المجتمع السعودي من تحولات جذرية في النواحي الاجتماعية

والاقتصادية والمادية وما حققته المملكة من تطور وتقدم ونماء ، كان له أكبر الأثر في تغيير لبنة المجتمع ، وبالتالي فقد ظهرت اتجاهات حديثة في الأسرة ، وذلك من خلال إتصالها بالعالم الخارجي والإحتكاك مع شعوب دول العالم ودخول المرأة ميدان العمل ، واستخدام التكنولوجيا الحديثة ، حيث أدت جميعها إلى تبني أفكار ومعتقدات جديدة أثرت على أوجه التفاعل والاتجاهات الزوجية بخاصة ، وعلى أنماط العلاقات الأسرية بعامه .

ويرى كثير من علماء الاجتماع مثل الفيلسوف الإنجليزي « هربرت سبنسر » ، والعالم الفرنسي « دور كايم » ، والعالم الإيطالي « باريتو » ، والعالم الألماني « ماكس فيبر » ، « أن التغييرات المادية في أي مجتمع لابد وأن يصحبها بعض التغييرات في البيئة الاجتماعية » .

وأكثر ما يظهر التغير الاجتماعي كما يرى العالم « نمكوف » فهو فيما قد يطرأ عادة على الأسرة من تغييرات ، لكونها تشكل الوحدة الأساسية في البنية الاجتماعية .
(يونس - ١٩٧٨) .

وبالرغم من أن هناك متغيرات كثيرة لها دور في المشاكل الزوجية ، فإن الأفكار والمعتقدات التي يتبناها الزوجان والتي قد تكون غير عقلانية أو غير منطقية لها دور كبير في إنكاء نار المشاكل الزوجية ، ومن ثم حدوث الطلاق .
ونجد أن كثيراً من وسائل الإعلام سواء الصحافة أو التلفزيون أو الإذاعة تشير إلى هذه الظاهرة ، وقد تعددت الآراء حول تشخيص الأسباب الكامنة وراءها .

ونتيجة لذلك ومن خلال قراءاتي العديدة وإحتكاكي بشرائع من المجتمع لاحظت أن الطلاق أصبح ظاهرة منتشرة بكثرة ، وبشكل يهدد كيان الأسرة والمجتمع ، وذلك بسبب تزايد المستمر ، الأمر الذي لم يكن ملحوظاً في الماضي علماً أن الجهل كان منتشرأ

آنذاك ، والحالة الاقتصادية متوسطة ، وحياة الأبناء وزوجاتهم في بيت الأسرة الكبير ، ومع ذلك كانت حالات الطلاق قليلة جداً ، إذا ما قورنت بكثرتها في الوقت الحاضر .

ويرى الدكتور (سعيد بن مانع) أن الأسرة هي الخلية الحيوية الأولى ، التي بقوتها وتماسك وسعادة أفرادها يسعد المجتمع ، ويعظم شأنه ، وتزداد فرص نجاحه وكذلك عند ما تصاب بالتفكك يضعف المجتمع ، ويزداد تدهور دعائمه الاقتصادية والاجتماعية ويعتبر الطلاق عند وقوعه كارثة أسرية كبرى على جميع أفراد الأسرة ، لما ينتج عنه من آثار اقتصادية واجتماعية ونفسية سيئة على كل فرد من أفراد الأسرة وعلى كيان الأسرة ككل ، ولا ينتهي الأمر عند هذا الحد بل تمتد أوضاع الأسرة المتصدعة لتتخرق في شجرة المجتمع الكبير ، فتحيله ولو بعد حين إلى مجتمع خاوي متهاك مفك متاكل ، وهذا متوقع ، فلا يمكن أن تنتظر من أسرة متصدعة بعمليات الطلاق ، والحرمان من العطف والحنان والرعاية الوالدية ، أن تقدم للمجتمع أفراد سعداء ، أقوياء الروح والعقل والجسد ، ففاقد الشيء لا يعطيه . (ابن مانع - ١٤٠٩ هـ)

ونظراً لأهمية المسألة ولاعتقاد الباحث بأن الأفكار والمعتقدات غير العقلانية التي تتبناها المرأة لها أثر كبير في الحياة الزوجية .

لذا سوف تحاول الباحثة من خلال الدراسة الإجابة على التساؤلات الآتية :

- ١ - مامدى إنتشار الأفكار غير العقلانية بين المطلقات ؟
- ٢ - ما أثر هذه الأفكار غير العقلانية في استمرار الحياة الزوجية ؟
- ٣ - هل توجد علاقة بين زيادة العمر وزيادة الأفكار العقلانية ؟
- ٤ - هل مدة الزواج لها علاقة بالأفكار العقلانية ؟

أهمية الدراسة :

تتبع أهمية الدراسة الحالية من أنها تتناول الجوانب المعرفية والانفعالية في الحياة الزوجية ، حيث تمثلها الأفكار غير العقلانية التي قد تهيمن على الزوجة ، وتلعب دوراً في استمرار الحياة الزوجية أو فشلها وباعتبار أن الأسرة أساس المجتمع والمحضن الذي يمدّه بأفراد يعملون على نهضته ونموه ، لذا كان لابد من معرفة الجوانب المعرفية

والانفعالية لدى المرأة المتزوجة والمطلقة على السواء ، مما يساعد على معرفة الأفكار العقلانية وغير العقلانية لديهما .

أهداف الدراسة :

- ١ - تهدف الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الأفكار العقلانية وغير العقلانية من جهة وبين استمرار الحياة الزوجية أو فشلها من جهة أخرى .
- ٢ - تهدف الدراسة إلى معرفة مدى انتشار هذه الأفكار العقلانية وغير العقلانية بين المطلقات .
- ٣ - كما تهدف إلى معرفة مدى انتشار الأفكار العقلانية وغير العقلانية بين المتزوجات وغير المتزوجات .

مصطلحات الدراسة :

- ١ - الأفكار غير العقلانية .
 - ٢ - الأفكار العقلانية .
 - ٣ - الإرشاد الانفعالي العقلي .
- التعريف الإجرائي للأفكار غير العقلانية :
- هي الأفكار غير الواقعية والمستحيلة ، والتي تتصف غالباً بالكمال ، وتبدو على شكل رغبة الفرد في أن يكون محبوباً من كل المحيطين به ، ممن يهمه أمره وأن يكون كاملاً فيما ينجز من أعمال ، وأن لا يحبط أبداً فيما يريد .
- التعريف الإجرائي للأفكار العقلانية :
- وهي الأفكار المعقولة والمنطقية والواقعية .
- التعريف الإجرائي للإرشاد الانفعالي العقلي :
- الإرشاد الانفعالي العقلي :-

وهو طريقة في العلاج النفسي قام بتطويرها (أليس) ، يتم بواسطتها تشجيع المريض من خلال حوار داخلي على استبدال الأفكار غير العقلانية بأفكار عقلانية ، والاستعاضة بالثانية عن الأولى . (Rational Emotive Therapy)

(مرزوق - ١٩٧٩م ، - ص ٢١٢)

الفصل الثاني

الإطار النظري

العلاج العقلاني الانفعالي .

الـحـزـوبـة .

الـزـواـج .

الـطـلـاق .

الإطار النظري

العلاج العقلاني والانفعالي :

نبذة عن حياة ألبرت أليس (Albert Ellis)

ولد ألبرت أليس سنة ١٩١٣م ، وحصل على شهادة الليسانس (١٩٣٤م) من كلية المدينة بنيويورك ، وحصل على درجة الماجستير سنة (١٩٤٣م) ، وعلى دكتوراه الفلسفة سنة (١٩٤٧م) من جامعة كولومبيا ، وبدأ يمارس عمله في مكتب خاص في مجال الزواج والأسرة والجنس ، وذلك منذ سنة (١٩٤٣م) ، كما بدأ يهتم بالتحليل النفسي ، ويتقلد وظائف كثيرة لفترات قصيرة كأخصائي نفسي إكلينيكي في عيادة الصحة العقلية الملحقه بمستشفى المدينة ، وفي مركز التشخيص بالولاية ، وك رئيس للأخصائيين النفسيين بقسم المعاهد والمؤسسات بنيوجرسي ، وك مدرس بجامعة روتجر (Rotgers) ، ثم بجامعة نيويورك . ولكنه قضى الجزء الأكبر من حياته المهنية في الممارسة الخاصة كما قضى سنوات طويلة من حياته المهنية كمدير لمعهد الحياة العقلية ، وهو أحد أعضاء لجنة الممتحنين في علم النفس الإكلينيكي . (باترسون ١٩٨١م - ص ١٧٣)

وقد بدأ أسلوبه العقلي الانفعالي في التطور في سنة (١٩٥٤م) ، عندما أصبح مقتنعاً بأن الخبرات العصابية المبكرة ، تستمر لكون أن تنطفيء على الرغم من عدم تعزيزها ، وذلك بسبب أن الأفراد العصائيين يفرزون هذه الخبرات المتعلمة عن طريق التلقين الذاتي لأنفسهم وعن طريق رفضهم للعلاج ، وما يؤدي إليه من استبصار ولذا فقد لجأ (ألبرت أليس) إلى تعليم مرضاه كيف يغيرون تفكيرهم ، ليتفق مع الأسلوب العقلي في حل المشكلات ، وشعر بأن حوالي (٩٠٪) من الذين عولجوا بهذه الطريقة الجديدة ، قد أظهروا تقدماً ملموساً خلال عشر جلسات أو أكثر قليلاً .

لقد طور (أليس) هذا الأسلوب خلال سلسلة من المقالات ، بدأت سنة (١٩٥٥م) ، ووصلت ذروتها في كتاب بعنوان : « العقل والانفعال في العلاج النفسي » ، جمع فيه كل الشروح عن نظريته . (باترسون - ١٩٨١م)

الأصول التاريخية للعلاج العقلاني الانفعالي

إن العلاج العقلاني الانفعالي له أصول تاريخية في حضارات الأمم ، والتي رأت أن الفرد الإنساني هو الذي يضع خطة سير حياته ، ويسعى لإسعاد نفسه والآخرين ، ويكون هذا عندما يفكر ويعمل بتعقل ، ويضع في اعتباره أنه موجود في هذه الدنيا للابتلاء وهذا ما توصل إليه الفكر البوذي ، فنرى أن المبادئ الأساسية للفكر البوذي تتكون من أربع حقائق هي :

- ١ - الوجود شقاء .
- ٢ - يتسبب الشقاء عن الرغبات الانانية .
- ٣ - يمكن تدمير الرغبات الانانية .
- ٤ - يتم تدميرها باتباع طريق ذي ثماني شعب خطواته هي :
 - أ - الفهم السليم .
 - ب - الغرض الصحيح .
 - ج - القول الحق .
 - د - السلوك القويم .
 - هـ - المهنة المناسبة .
 - و - المحاولة الجادة .
 - ز - اليقظة الواعية .
 - ح - التركيز الصادق .

(راجع ١٩٧٥م - ص ٤٩ - ٥٠)

(وليست فرضيات (ألبرت أليس) في العلاج العقلاني فقط هي التي لها أساسيات ، وإنما في طريقة العلاج أيضاً فهذا (سقراط) الفيلسوف اليوناني في منهجه الفلسفي يتبع طريقة قريبة نوعاً ما من طريقة (أليس) في علاجه للمرضى .

فإن منهج (سقراط) يبدأ بإدراك الإنسان لنفسه ، لكي يعلم الفرد هل لديه علم صحيح ، أو أن ما عنده إن هو إلا علم مشوه ، أو أنه جاهل تماماً وكان « سقراط » يعمل على أن يثبت لمحدثيه أنهم جهلة ، ومن الجهل تتكون النقطة الأولى للبحث الفلسفي .

ويظهر (سقراط) جهله أمامهم بالموضوع ، ثم يلقي أسئلة ، قد تظهر لهم أنها ساخرة ، ولكنها تنتهي بإثبات أنهم إذا علموا شيئاً ، فهو غير صحيح ، وكثيراً ما كان يثبت لمحدثه أنه يتناقض نفسه .

وقد وجد (أليس) أن لهذا أصل لدى (ابكتيتوس) الفيلسوف اليوناني ، الذي يقرر : (أن الناس يضطربون ليس بسبب الأشياء ، ولكن بسبب وجهات نظرهم التي يكونونها عن هذه الأشياء) . (باترسون - ١٩٨١م - ص ١٧٧)

وكذلك نجد أن (أليس) أخذت نفس الفكرة من (هاملت) بطل مسرحية (شكسبير) ، حيث قال : (إنه لاشيء في الخارج جيداً أو سيئاً ولكن التفكير هو الذي يجعلها كذلك) .

وكذلك فإن الشريعة الإسلامية بينت أن الإنسان وجد على الأرض لعبادة الله ، فقد خلقه الله من أجل عبادته وحده قال تعالى : ﴿ وما خلقت الجن والإنس إلا ليعبدون ﴾ .

(سورة الذاريات : الآية ٥٦)

وتتضمن العبادة التي خلق الإنسان من أجلها ابتلاء الإنسان في ماله ونفسه وولده ، قال تعالى : ﴿ لنبلونكم بشيء من الخوف والجوع ونقص من الأموال والأنفس والثمرات ويشر الصابرين ﴾ . (سورة البقرة : الآية ١٥٥)

وإن هذا الابتلاء هو : (طريق التربية للنفس الإنسانية ، وإخراج مكنوناتها من الخير والقوة والاحتمال) . (فايز - ص ٥٩)

فعندما يتيقن الإنسان « أن ما أصابه لم يكن ليخطئه ، وما أخطأه لم يكن ليصيبه » . (ابن دقيق - ص ٦٧)

فإنه يتقبل ذلك بنفس راضية مطمئنة تطبيقاً لقوله تعالى : ﴿ إنما يوفى الصابرون أجرهم بغير حساب ﴾ . (سورة الزمر : الآية ١٠)

ولتنقية نفس الإنسان من النزعات والاهواء التي قد تصيب النفس البشرية ، وتقودها إلى الضلال حارب الإسلام الخرافات والأوهام قال تعالى : ﴿ قل لا أملك لنفسي نفعا ولا ضرراً إلا ما شاء الله ولو كنت أعلم الغيب لاستكثرت من الخير وما مسني السوء إن أنا إلا نذير وبشير لقوم يؤمنون ﴾ . (سورة الاعراف : الآية ١٨٨)

وكما يدعو الإسلام إلى نبذ الخرافات والأوهام ، فإنه بالتالي يدعو إلى البحث عن الحقيقة والتأمل ، والنظر ، والتدبر ، واستخلاص العظات ، والوصول إلى النتائج القائمة على أساس الاستدلال العقلي والمنطقي) . (العيسوي (١٩٨٦) ، ص ٢١)

قال تعالى : ﴿ ومن آياته يريكم البرق خوفاً وطمعاً وينزل من السماء ماء فيحيي به الأرض بعد موتها إن في ذلك لآيات لقوم يعقلون ﴾ . (سورة الروم : الآية ٢٤)

وإذا كان الإنسان يسعى للاستدلال العقلي فإن الإسلام يعتمد في علاجه على الإقناع والبرهنة قال تعالى : ﴿ أمن يبدؤ الخلق ثم يعيده ومن يرزقكم من السماء والأرض أله مع الله قل هاتوا برهانكم إن كنتم صادقين ﴾ . (سورة النمل : الآية ٦٤)

ويعتمد أيضاً على التبصر في معجزات الله في مخلوقاته وآياته في إحداث الكون ، قال تعالى : ﴿ وترى الجبال تحسبها جامدة وهي تمر مر السحاب صنع الله الذي أتقن كل شيء إنه خبير بما تفعلون ﴾ . (سورة النمل : الآية ٨٨)

وكذلك يدعو الإسلام إلى التدبر والتفكير والتأمل في الطبيعة وفي ذات الإنسان ، قال تعالى : ﴿ ومن آياته خلق السموات والأرض واختلاف ألسنتكم وألوانكم إن في ذلك لآيات للعالمين ﴾ . (سورة الروم : الآية ٢٣)

كما أن أحداث الكون والظروف الخارجية تمر تقريباً على جميع الناس ، ولكن كل فرد يدركها ، أو ينظر إليها بنظرة تختلف عن الفرد الآخر . فمنهم من يضخم الأمور بينه وبين نفسه ، حتى يصاب بحالة اضطراب انفعالي والبعض الآخر يأخذ الأمور ببساطة . (راجع - ١٩٧٥ - ص ١١٦)

ورغم اعتراض (أليس) على كثير من آراء الفرويديين ، إلا أننا نلاحظ أن فرويد في أعماله الأولى مع « بروير » أكد على أن عدداً كبيراً من الظواهر الهستيرية الانفعالية يحتمل أن تكون فكرية الأصل ، إلا أنه في أعماله التالية كان يتحدث غالباً عن العمليات الانفعالية حديثاً غامضاً يتضمن أنها توجد منفصلة تماماً عن الفكر .

ويعتبر « أليس » أن « أدلر » هو المروج الرئيسي للعلاج العقلاني ، فهو الذي يقول : إن « سلوك الشخص ينبع من أفكاره » و « يحدد اتجاه الشخص نحو الحياة وعلاقته بالعالم الخارجي » . (مليكه عام ١٩٩٠ - ص ١٩٠)

وكذلك نجد « كارين هورني » تحدثت عن الفرد عندما لا ينجح في إيجاد علاقة

إنسانية مع غيره ، فإنه يبدأ بالتأسف على نفسه (Self - Pity) وحالته التي هو فيها ، وهذه النزعات العصابية تبدو على شكل أفكار ومشاعر وتوقعات وحاجات ، يمكن للفرد أن يحققها ويتبعها عن طريق اللجوء إلى الحلول العصابية التي تظهر على شكل أفكار ومشاعر وتوقعات وحاجات ، يمكن للفرد أن يحققها أو يوجهها نحو الآخرين .

(Ford,1963)

ويتفق العلاج الواقعي مع نظرية (أليس) ، فيما يتعلق بالأفكار غير العقلانية ، مما يؤكد على السلوك الراهن بدلاً من الحوادث الماضية ، وأن على المعالج أن يركز اهتمامه على السلوك الراهن ، ويوجه المسترشد ، ليتمكن من رؤية نفسه بدقة ، وأن يواجه الحقيقة .

ويؤمن العلاج الواقعي أيضاً بأنه مهما كانت ظروف الفرد التي قادته أن يسلك طريقه معينة قاسية أو غير عادية ، فإنه يجب أن يوضح له أن أحداث الماضي لا تبرر له أن يسلك بطريقة غير مسئولة ، وأنه مهما حدث في الماضي ، فإن عليه أن يتحمل مسئوليته ما يفعله في الحاضر . (Corsini , 1973 , 292) .

فلسفة العلاج العقلاني الانفعالي ونظريته :

باعتبار أن تاريخ العلاج العقلاني الانفعالي يرجع إلى الفلسفة الرواقية ، فإن أصحاب هذه المدرسة يقررون أن ما يصيب الناس بالاضطراب ليس الأشياء ذاتها ، وإنما نظرتهم إلى هذه الأشياء ، وفكرتهم عنها ، وهذا ما عبر عنه « ابكتيتوس » (Epictetus) بقوله : « إن الناس يضطربون ، ليس بسبب الأشياء ، ولكن بسبب وجهات نظرهم ، التي يكونونها عن هذه الأشياء » وينظر بعض المعالجين لمبادئ الفلسفة الرواقية على أنها فلسفة للصحة النفسية والسعادة الخاصة ، لهذا تمت المحاولة لتوظيفها في العلاج النفسي ، وذلك بأن كان المعالج يطلب من المريض :



أولاً : أن يعرف أن اضطرابه إنما يرجع إلى مبالغته الانفعالية في الاستجابة للمواقف بصفة عامة ، والمواقف المثيرة للاضطراب بصفة خاصة ، ثم يطلب من المريض بعد هذا أن يتخلص من الميل المبالغ فيه نحو الاستجابة للبيئة عن طريق الاقتناع الذاتي ، بأن الخطر إذا كان هناك خطر ، لن يؤدي إلى هلاك العالم .

كما يرى المعالج العقلاني أن مبالغة الفرد في الاستجابة للبيئة ، إما أن تكون ناتجة عن الشعور بعدم الرضا بموقف معين ، أو الإحساس بأن شخصاً ما قد أخطأ وأساء إليه ، وإما أن تكون ناتجة عن الإحساس بأنه أساء إلى الآخرين ، ونلاحظ أن كلاهما يخضع لمنطق خاطيء ، إذا لم يكن هناك دليل قاطع على صحة هذا الاعتقاد أو ذاك .

وفي بحث د « برتراند راسل » عن بعض الأفكار التي تساعد في عملية تعديل التفكير ذكر في كتابه الطريق إلى السعادة (١٩٢٠م) (The conquest of Happiness) قائلاً : « عندما يشعر الإنسان بالخوف من شيء ما ، فمما عليه إلا أن يتخيل أسوأ النتائج التي يمكن أن تترتب على ذلك ، وأن يركز ذهنه فيها ، وأن يقنع نفسه بأن هذا الموقف لن يكون هو الموقف الأخير في حياته . وبهذه الطريقة يستطيع الإنسان أن يشعر بالهدوء والراحة والطمأنينة .

وأضاف « راسل » أيضاً في كتابه السابق : (إن من أسلم الطرق لمواجهة أي نوع من الخوف ، هو التفكير فيه بهدوء ، وبطريقة متعلقة مع التركيز الشديد ، حتى يتحول الموقف إلى شيء مألوف لديك والنتيجة التي تترتب على ذلك ، هي أن الألفة بالموضوع المخيف تعمل على استئصال الشعور بالخوف) ويتضح من ذلك أن الأساس الذي تقوم عليه فلسفة راسل « Russell » هي أن التفكير في شؤون الحياة المختلفة بطريقة منطقية ومتعلقة ، يؤدي إلى حياة هادئة وخالية من الاضطراب ، ونجد أن كثيراً من المفاهيم والصياغات التي توصل إليها « أليس » من خلال خبرته في العلاج النفسي ، لم تكن مفاهيم وصياغات جديدة ، فقد توصل إليها عدد من الفلاسفة القدماء ، وكذلك عدد من المعالجين المعاصرين في كثير من المدارس العلاجية ، وأيضاً قال بها عدد من المفكرين والعلماء في مختلف المجالات ، التي ليس لها علاقة بالعلاج العقلاني وهذا مما يثبت صحة المفاهيم التي توصل إليها « أليس » .

ومن العلماء والفلاسفة والمفكرين الذين تبناها : -

أدكنز Adkins (١٩٥٩م) أدلر Adler (١٩٢٧م - ١٩٢٩م)

الكسندر وفرنش Alexander and French (١٩٤٨ م) .

ويبرن Berne (١٩٥٧م) كلميرون Cameron (١٩٥٠م) ديجيرين وجوكر

Dojerina and Gauker (١٩١٣م) ودايز - جيوريرا Diaz - Guarrara

(١٩٥٩م) لوراد وميللر Dolard and Millar (١٩٥٠م) ولـب Wolpe

(١٩٥٨م) .

وعلى الرغم من الاختلافات الظاهرة في أسماء المفاهيم والآراء المختلفة التي ابتكرها هؤلاء المعالجون النفسيون ، إلا أن هذه المفاهيم تتفق على أن الاضطرابات النفسية أو العقلية لا يمكن عزلها عن الطريقة التي ينظر بها المسترشد إلى نفسه وإلى العالم ، أو اتجاهاته نحو نفسه ونحو الآخرين ، لذا فإن على المعالج أن يركز مباشرة على تغيير هذه العمليات الذهنية ، حتى يضمن حدوث التغيير المطلوب في شخصية المسترشد ، أو إزالة الأعراض التي دفعت له لطلب العلاج ، ولهذا ينكر « أليس » أن كل أشكال العلاج النفسي بما فيها العلاج السلوكي ، تعلم الناس أن يفكروا ، وأن يشعروا ، وبالتالي أن يسلكوا بطريقة ملائمة ومختلفة عما كانوا يفعلونه من قبل .

ومن ثم فإن نجاح العلاج النفسي يعتمد على تحسين طريقة تفكير المريض وتغييرها . ويوضح « أليس » أنه « إذا كان الشخص العصابي إنساناً من طبيعته أن يتصرف بطريقة أقل مما تسمح به إمكانياته ، فهو شخص معوق لنفسه عن الوصول إلى تحقيق أهدافه تحقيقاً سليماً ، وبذلك يمكن القول بأنه شخص يتصرف بطريقة غير عقلانية وغير منطقية وغير واقعية » (الشيخ - ١٩٨٦م - ص ٤١)

ويشير « أليس » إلى أن أساس مفاهيم نظرية العلاج العقلاني الانفعالي تقوم على أن الإنسان كائن عاقل وغير عاقل في نفس الوقت ، فعندما يسلك طريقاً معيناً ، فإنه يعتقد أنه على صواب ، وهو في نفس الوقت لديه طاقة انفعالية سالبة تجاه القلق والعدوان ، فالاضطراب الانفعالي الذي يعاني منه الفرد ، يرجع أساساً إلى أفكاره غير العقلانية ، ويتم العلاج النفسي هنا عن طريق مساعدته على تنمية قدراته العقلانية ، إلى

أقصى درجة ممكنة ، والعمل على خفض تفكيره غير العقلاني إلى أقل درجة ممكنة ، وبالتالي يستطيع الفرد أن يتخلص من هذا الاضطراب النفسي . ولا يختلف روبنز (Robbins) (١٩٥٥م) عن « أليس » في نظريته إلى أهمية العمليات المعرفية والعقلانية في فهم وتغيير السلوك الإنساني ، فهو يقرر أيضاً أن الشفاء هو تنمية الوعي العقلاني . ويرى سارتون وكاتز « Sarton and Katz » (١٩٥٤م) : أن هناك وسائل أساسية لتغيير اتجاهات الفرد وأهم هذه الوسائل هي : مهاجمة الموضوع والإطار المرجعي ، الذي يتم إدراكه من خلاله أو مانسميه المنهج العقلاني .

ويرى : كوهين « Cohen » وستوتلاند « Stotlan » وولف « Wolfe » (١٩٥٥م) أنه إلى جانب الحاجات الجسميه الانفعاليه المعتادة للكائن البشري توجد أيضاً حاجة للمعرفة وهذه هي الخاصية المميزه للكائن البشري ، وهي خاصية يمكن قياسها ، كما تعمل بصورة مستقلة عن الحاجات الأخرى للإنسان

(الشيخ - ١٩٨٦م - من ٤٣ - ٤٤)

ويرى « أليس » « Ellis » أن الأسس النظرية للعلاج العقلاني ، تعتمد على الفرض القائل « بأن التفكير والانفعال الانساني ليسا بعلميتين متباينتين أو مختلفتين ، وإنما تتداخلان بصورة كبيرة ، ويمكن اعتبارهما وجهان لشيء واحد ، أو أنهما شيء واحد بالفعل ، وكما هو الحال بالنسبة لعمليتي الحياة الأساسيتين وهما الإدراك والاستجابة الحركية ، حيث توجد بينهما علاقات متبادلة بصورة تكاملية ، ولا يمكن النظر إلى أي منهما بمعزل عن الآخر . وكما هو الحال بالنسبة للتفكير والعمليات الحس - الحركية ، فإنه يمكن أن يعرف الانفعال على : أنه نمط معقد (Complex Mode) من السلوك ، يرتبط ارتباطاً وثيقاً وبصورة تكاملية بعمليات الحس والاستجابات الأخرى . ويضيف « أليس » أن هناك بعض الأساليب التي تثير الانفعال ، وهناك أيضاً بعض الأساليب التي تساعد على التحكم فيه ، ويعتبر التفكير واحداً من تلك الأساليب ، وأن كثيراً مما نسميه بالانفعال ليس أكثر ولأقل من نوع بعينه من الفكر « Thought » ، الذي يتسم بالتغير والتعصب والتطرف .

ويتفق « الطيب عام (١٩٨١) » مع « أليس » في ذلك مؤكداً على تأثير الجوانب

الادراكية العقلانية مع الانفعال والسلوك على حد سواء مستنداً في ذلك إلى « أدلة أمبريقية ، ونظرية لا يستهان بها تساند الافتراض القائل بأن الانفعال الإنساني هو في حقيقة عملية اتجاهية (Attitudinal) ومعرفية (cognitive) .

إذ إن الكائنات البشرية يحركها تقدير للمواقف ينطوي على حكم حسي ، وحكم فكري أو تأملي ، ويعتبر القرار النهائي لقيامنا بأي فعل اختيار يحقق الانفعال الأصلي ، أو يحول منه .

وبالنسبة للإنسان فإن اختيار فعل موجه إلى هدف معين هو أساساً رغبة عقلانية ، وميل تجاه ما يتم تقديره بصورة تأملية على أنه حسن ، وهذه الميل العقلانية للقيام بأي فعل تنظمه الشخصية الإنسانية تحت توجيه الصورة المثالية للذات .

(الطيب - ١٩٨١م - ص ١٢١) .

ويبدو أن الانفعالات الإنسانية الموجهة مثل مشاعر الحب أو الابتهاج غالباً ما ترتبط ببعض الجمل والعبارات ، ومن هذه العبارات التي يحدث بها المرء نفسه : « هذا شيء جيد بالنسبة لي » ، أما انفعالات الغضب والحزن ، فإنها ترتبط بعبارات أخرى ، يحدث المرء نفسه بها مثل : « هذا سيء بالنسبة لي » ، ويدون استخدام الإنسان الراشد لمثل هذه العبارات التقويمية ، فإن الكثير من انفعالاته لن يكون لها وجود على الإطلاق ، ولأن الأساس في النواحي الفكرية أنها مكتسبة متعلمة لذا يوضح « أليس » تأثير مرحلة الطفولة ودور الوالدين في اكتساب الآراء والمعتقدات ، ثم دور وسائل التنشئة الاجتماعية الأخرى في ذلك .

الأدلة الإكلينيكية التي تدعم نظرية (البوت أليس) :

- أكدت عدد من الدراسات الميدانية والتجريبية صحة نظرية (أليس) ، وذلك من خلال ماوجدته من علاقة بين التفكير غير العقلاني ، أو المعتقدات غير العقلانية ، وعدد من أشكال الاضطراب النفسي وسوء التكيف .

- فقد دلت نتائج دراسة « زويمر » و « دفينبكر » (١٩٨٤م) و « Zwemer and Deffenbacher » على وجود ارتباط بين كل من الغضب والقلق من جهة والمعتقدات غير المنطقية من جهة ثانية ، وخاصة تلك المعتقدات التي ترتبط بالكمال والاهتمام الزائد ، وتعظيم الأمور وتجنب الصعوبات .

- ودلت دراسات كل من (نيلسون) « Nelson » ١٩٧٧م و (نيستر ١٩٨٤م) على وجود علاقة بين الأفكار غير العقلانية وبين الاكتئاب .

- كما دلت نتائج دراسة (جولد فرايد) و (سوبر سينكي) « Cold Fried and

Sobocinski » ١٩٧٥م على وجود علاقة بين المعتقدات غير العقلانية وبين القلق .

- أما كازينوفا ورفاقه « Kassinova , et . al » ١٩٧٧م فقد وجدوا علاقات ارتباط دالة

إحصائياً بين كل من درجات الأفراد على اختبار خاص بالتفكير غير العقلاني

لكازينوفا ورفاقه ، وهو اختبار قائمة المعتقدات « Idea Inventory » من جهة ، وبين

درجاتهم على كل من مقياس العصاب في اختبار أيزنك للشخصية (E. P. I)

و درجاتهم على اختبار (بيل للتكيف) (B. A. I) (Bill Adjusment Inventory)

كذلك فقد وجدت جانا سميث « Jana Smith » (١٩٨٢م) علاقات ارتباط ذات

دلالة بين درجات عينة من طلبة الجامعة على كل من اختبار (هارتمان) للمعتقدات غير

العقلانية (H T I I) ، واختبار (جونز) للمعتقدات غير العقلانية (I B T) من جهة ،

و درجاتهم على كل من قائمة (مونسي) للمشكلات ومقياس (بيرجر) لقبول الذات

(Berger self Acceptance Scale) من جهة ثانية ، مؤيدة بذلك العلاقة بين التفكير

غير العقلاني وسوء التكيف .

- أما نيومارك وويت (New mark and witt) (١٩٨٣م) فقد وجدوا أن مرضى

الفصام قد وافقوا على ثلاث من أفكار (أليس) غير العقلانية ، وأن مرضى الاكتئاب قد

وافقوا على أربعة منها ، في حين لم يتفق مرضى الهوس أو الأسوياء ، مع أي من أفكار

(أليس) الإحدى عشرة .

وقد أكدت دراسات أخرى العلاقة بين التفكير غير العقلاني كما يقيسه اختبار جونز

للمعتقدات غير العقلانية (I B T) وبين تدني مستوى تقدير الذات (Assertiveness)

كما أكدت على العلاقة بين المعتقدات وبين العديد من حالات سوء التكيف .

إن معظم الدراسات التي أجريت لاختبار صدق نظرية (أليس) في العلاج العقلي الانفعالي ، ومعرفة انتشار الأفكار والمعتقدات غير العقلانية ، التي طرحها في نظريته ، قد أجريت في مجتمعات غربية وخاصة في أمريكا ، واعتمدت اختبارات خاصة طورت في تلك المجتمعات .

أما في المجتمع العربي فقد قام الدكتور / سليمان الريحاني بتطوير اختبار التفكير غير العقلاني ، الذي يعتمد في أساسه النظري على نظرية (ألبرت أليس) ، والأفكار غير العقلانية التي طرحها ، والتحقق من دلالات الصدق والثبات لهذا الاختبار : [انظر الملحق رقم « ٢ »] .

والهدف من هذا الاختبار هو مساعدة الباحثين في التعرف على مدى انتشار تلك المعتقدات في ثقافتنا العربية من جهة ، والتحقق من مدى صدق نظرية (أليس) في المجتمع العربي كذلك فإن مثل هذا الاختبار يصبح ضرورياً في التعرف على الأشخاص الذين يعانون من سوء التكيف ، أو الذين يتبنون أفكاراً ومعتقدات غير عقلانية يمكن أن تدفع بهم إلى حد الاضطراب العصابي . (الريحاني - ١٩٨٠ م) .

أما من ناحية انتشار الدراسات عن الأفكار غير العقلانية في حضارات وثقافات أخرى ، وعلاقتها بالاضطرابات النفسية ، فتكاد تكون هذه الدراسات معدومة فيما عدا دراسة واحدة أجريت في أفغانستان .

فقد أجراها (وندرلينج) Wondereling ، (١٩٧٤ م) ، الذي اهتم بمعرفة ما إذا كانت الأفكار غير العقلانية الإحدى عشرة نفسها موجودة في نظام معتقدات الأفغانيين من جهة وإذا كانت موجودة ، فما هي المعتقدات غير العقلانية الأكثر قبولاً عندهم من جهة ثانية ، وذلك بالمقارنة مع الأمريكيين . وللإجابة على هذه الأسئلة ، فقد قام (وندرلينج) بوضع استبيان خاص باللغتين الفارسية والإنجليزية ، طبقت النسخة الفارسية على عينة من (٦٠) أفغانياً بينما طبقت النسخة الانجليزية على عينة مماثلة من الأمريكيين .

وقد دلت نتائج تحليل التباين على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الأفغانيين ، ومتوسطات الأمريكيين على جميع الأفكار غير العقلانية الإحدى عشرة ،

حيث كانت متوسطات الأفغانيين على جميع تلك الأفكار أعلى من متوسطات الأمريكيين ، وهي نتيجة دلت على أنه بالرغم من أن الأفغانيين يقبلون بتلك الأفكار غير العقلانية أكثر من قبول الأمريكيين لها ، إلا أن القوة النسبية لقبول المجموعتين لكل فكرة من تلك الأفكار تبدو متشابهة ، بمعنى أن الفكرة غير العقلانية المقبولة عند الأفغانيين ، مقبولة أيضاً عند الأمريكيين مع فارق في الدرجة ، والعكس صحيح أيضاً .

صور العلاج العقلاني الانفعالي :

استخدم العلاج العقلاني الانفعالي في بداية الأمر كعلاج فردي في شكل جلسات علاجية بين المعالج والمريض ، ثم تطور إلى العلاج الجمعي ، وفي هذا الصدد يذكر « أليس » أن نظرية العلاج العقلاني الانفعالي قد تطورت من خلال الممارسة الفعلية ، وأصبح من المنطقي أن تمتد تطبيقاتها إلى المجال الجمعي ، وقد قام بالفعل باستخدام هذه الطريقة أول الأمر مع مجموعات صغيرة من أفراد الأسرة .

(« أليس » - ١٩٧٧م - ص ٢٠٠)

ويستخدم « أليس » لهذا الأسلوب كعلاج جمعي ، تبين له أن هذه الطريقة تساعد على الاستفادة من الوقت الذي يستغرق في علاج مريض واحد في علاج المجموعة .

ويضيف « أليس » أنه بعد أن لاحظ تأثير هذا النوع من العلاج على مجموعات علاجية صغيرة ، قرر أن يجريه على جماعات أكبر ، وقام بالفعل بتكوين أول المجموعات ، والتي تتكون من سبعة أعضاء ، وقد ذكر أنه سرعان ما تبين له أن المجموعات الأكبر من هذا العدد ليست عملية فقط ، ولكن لها مميزات أخرى ، فمع المجموعة الأكبر هناك نقاط للتحدي ، يمكن أن تقدم لأي شخص يقدم مشاكله خلال الجلسة ، ومن وجهة نظر اقتصادية ، فإنه عندما تعقد الجلسات فإن العديد من العملاء يمكن أن يتعلموا ويستفيدوا من مختلف المصادر ، ونتيجة للخبرة العلمية فقد استقر

رأي « أليس » على أنه من الأفضل أن تتكون المجموعه من (١٠) إلى (١٢) ، وأحياناً (١٤) عضواً ، وفي البداية كان يسمح للأعضاء بأن يتعاملوا مع بعضهم بطريقة اجتماعية بيسر وسهولة خارج الجلسات .

مقارنة العلاج العقلاني الانفعالي بالأساليب العلاجية الأخرى :

- وفيما يخص الطبيعة الإنسانية فإن (Ellis) ١٩٦٤م يرى أن مدرسة التحليل النفسي الفرويدي والأسلوب الوجودي كلاهما مخطئان ، لأن الفرد ليس حيوان بيولوجي ، والفرائز تتحكم في سلوكه ، فهو يرى أن الفرد فريد « Unique » عنده القدرة لفهم العجز الذي عنده ، وتغيير النظرة أو القيم التي غرست في عهد الطفولة ، لذا فهو يواجه الميل إلى خداع النفس ، وأيضاً لديه القدرة على مواجهة نظام القيم عنده ، وترسيخها في اعتقادات وآراء مختلفة .

ونتيجة لهذا فإن الفرد يتصرف بشكل مختلف عن الماضي ، لأنه يفكر ويعمل من أجل أن يجعل نفسه فعلاً مختلفاً ، وأنه ليس ضحية اشتراط الماضي ، ومع أن (أليس) يرى أن الفرويديين على صواب بأن للخبرات المبكرة تأثيراً على النمو الانفعالي في المستقبل ، إلا أن هذه الخبرات تعتبر في الواقع أسباباً ثانوية لا يستمر تأثيرها ، إذا لم يعتنق الفرد مثل هذه الأفكار الخرافية وغير المنطقية ، فالخبرات المبكرة هي السبب الوحيد للاضطراب الانفعالي ، ولكن اتجاهات الفرد نحو هذه الاضطرابات هي التي تتعاضد وتتضخم نتيجة لمثل هذه الأفكار . والعلاج العقلي الانفعالي يؤمن بأن الأحداث الإنسانية محكومة إلى حد كبير بعوامل سببية ، وهذه العوامل ليست دائماً في متناول الفرد ، وأن الفرد لديه القدرة « مهما كان الأمر صعباً » على أن يعمل ما يغير مستقبله ، ويضبطه ، وبهذا يختلف مع فرويد في أن كل شيء حتمي ، وأن الفرد ليس له الخيار .

- كما يتفق « أليس وفرويد » في تأكيدهما على مبدأ اللذة والفرضية في الواقعية ، وعلى الضبط العقلاني للانفعالات .

- وهكذا ففي المقارنة بين العلاج العقلاني الانفعالي والتحليل النفسي نجد أن : « التحليل النفسي الكلاسيكي يقوم أساساً على تطبيق فنيات التداعي الحر ، وتحليل الأحلام ، وتحليل العلاقة بين المحلل والمريض ، والتأويلات التحليلية المباشرة التي يقدمها المحلل للمريض . في حين يندر استخدام التداعي الحر وتحليل الأحلام في العلاج العقلاني الانفعالي ليس لأنهما لا يؤديان إلى معرفة مادة ذات قيمة عن المريض ، ولكن لأن معظم هذه المادة لا علاقة لها بشفاء المريض ، ولأنها لا تستحق ما ينفق عليها من الوقت والجهد والمال ، فبدلاً من الإصلاح على أهميه علاقة الطرح « Transference » نفسها ، فإن المعالج العقلاني الانفعالي غالباً ما ينفق وقته محلاً وملاحظاً للأساس الفلسفي لظواهر الطرح ، وهي المعتقدات غير المنطقية ، التي تسيطر على فكر ومنطق المريض ، ومنها أنه لا بد أن يكون محسوباً من المعالج ومن الآخرين أو أنه يلزم أن يسلك المريض في الحاضر تقريباً بنفس الطريقة التي كان يسلك بها أثناء حياته في الماضي » .

(الطيب - ١٩٨١م - ص ١٢٩) .

وكذلك يرى « أليس » أن للخبرات المبكرة تأثير على النمو الانفعالي مستقبلاً ، إلا أنه تأثير ثانوي ، لا يستمر إلا في حالة اعتناق الفرد لهذه الأفكار الخرافية وغير المنطقية .

(جبر الذكوري - ١٣٨٥م - ص ٢٥٨)

- ويتفق العلاج العقلاني الانفعالي قليلاً جداً مع مفهوم اللاشعور Unconscious لدى « فرويد » ، لأنه يعتقد أن الأفكار والمشاعر والأفعال التي لا يعيها ، تكون تحت مستوى الشعور « Consciousness » بقليل ، وليست مكبوتة كبتاً عميقاً ، ويمكن إرجاعها للشعور بقدر بسيط من التساؤلات الموجهة عقلياً - انفعالياً . بالإضافة إلى أنه يعلمه طرق إظهار هذه الأفكار في الشعور وبسرعة ، وإن كانت لا تتفق معه معرفياً أو انفعالياً ، فعليه أن يرفضها ، وبذلك يتحرر منها .

كما نجد أن « أليس » لايهتم بعقدة أوديب ، أو أن أصل الاضطرابات أسباب جنسية .

- وإذا ما انتقلنا بعد ذلك إلى مقارنته العلاج العقلاني الانفعالي بفنیه « يونج » « Jung » العلاجية ، سنجد أن العلاج العقلاني الانفعالي يتداخل مع العلاج اليونجي إلى حد ما ، حيث يرى أن الهدف من العلاج ، يجب أن يكون نمو الفرد وتطوره بقدر ما يكون شفاؤه من الاضطراب العقلي ، ويشجع المسترشد بحزم على اتخاذ خطوات بناءة معينة ، ويؤكد بصفة خاصة على قيمه فرديته ، وإنجازها لما يريد هو تحقيقه في الحياة ، وعلى ذلك نجد أن المعالج العقلاني نادراً ما يستغرق الكثير من الوقت في ملاحظته وتحليل مرضاه ، وخيالاتهم ، وتحليل الرموز التي يستخدمونها Symbol Productios ، كما هو الحال عند يونج . كما أن المعالج العقلاني لايهتم بالمحتويات الأسطورية Mythological ، أو الأولية « Archetypal » لتفكير المرضى .

(الشيخ - ١٩٨٦م - ص ٤٨) .

كما أن العلاج العقلاني وعلم النفس الفردي لدى « أدلر » يتداخلان في نواح عديدة منها أن العلاج العقلاني الانفعالي يذهب إلى أن المعتقدات والاتجاهات غير العقلانية لدى الناس هي التي تحدد ردود أفعالهم الانفعالية ، وبالتالي تؤدي إلى اضطراباتهم ، وفي نفس الوقت نجد أن « أدلر » يؤكد على أهمية أسلوب الحياة ، وعلى أن الحياة النفسية للفرد يحددها الهدف الذي يسعى إليه .

ويذكر « أدلر » أنه عندما يكون الفرد عصابياً ، فيجب على المعالج أن يعمل على تقليل مشاعر الدونية لديه ، بأن يوضح له أن هذه المشاعر لا تقلل من قيمته الذاتية ، ويعلم المعالجون العقلانيون مرضاهم أن مشاعر عدم الكفاءة لديهم تنشأ من معتقداتهم

غير العقلانية ، والتي تدفعهم إلى لوم أنفسهم ، عندما يرتكبون أية أخطاء ، أولايحظون باستحسان أي إنسان . ويشير «أدلر» إلى أنه يجب على المعالج أن يقتنع بمدى خصوصيه وتفرد النمط العصابي لدى المسترشد ، حتى يستطيع أن يتنبأ بالوسائل والتكوينات الدفاعية ، التي تولد الاضطرابات لدى المسترشد ، ومن ثم يتمكن من العثور عليها وتفسيرها وإقناع المسترشد بالتخلي عنها ، واستبدالها بتكوينات جديدة أفضل . وهذا بالضبط مايفعله المعالج العقلاني مع المسترشد ، لأنه يعرف بأن سبب اضطرابه هو إيمانه ببعض الأفكار غير العقلانية والسخيفة ، ومن هنا فإن واجب المعالج العقلاني هو البحث عن هذه الأفكار غير العقلانية ، وهو غالباً ماينجح في ذلك ، بجبر المسترشد على التخلي عنها ، وإبدالها بفلسفات حياة أكثر عقلانية .

ورغم هذا الاتفاق بين علم النفس الفردي الأدلري وبين العلاج العقلاني - الانفعالي ، إلا أن هناك بعض الاختلافات ذات دلالة . فعلى الرغم من أن منرو « Munro » (١٩٥٥م) يقرر أن فنيه « أدلر » العلاجية كانت تقوم على الحث « Persuasive » ، بل والأمر « commanding » كما هو الحال في فنيات العلاج العقلاني في أغلب الحالات ، إلا أن « أدلر » نفسه قد اعتنق وجهة نظر أكبر سلبية ، إذ يقرر أنه « يلزم الحذر الشديد من حث المسترشد على إتيان أي نوع من المجازفة » .

(الشيخ - ١٩٨٦م - ص ٤٨ - ٤٩)

- وتتفق الإجراءات في العلاج العقلاني مع العلاج المتمركز حول العميل (- Glient Center - therapy) على التركيز على خبرات المسترشد في الوقت الحاضر ، وليس على خبرات الماضي كما يرى « فرويد » . كما أن « أليس » يعتمد على الذات « Self » في القضايا الخلقية ، وليس على اللوم الخلقى لذاته ، أو لذوات الآخرين ، فكل من « روجرز وأليس » يؤكدان على صورة الذات في نظريتهما في الاضطرابات ، وهناك أيضاً

نواح مشتركة بين أهداف العلاج المتركز حول المسترشد ، وأهداف العلاج العقلاني الانفعالي . وذلك أن « روجرز » وصف الشخصية الإنسانية بعد انتهاء العلاج الفعال ، أنها تتسم بانخفاض التوتر ، والقابلية للاسترشاد ، ونقص الشعور بالتهديد ، وزيادة الشعور بالتكيف والتحكم الذاتي . وهذه هي أهداف العلاج العقلاني الانفعالي ، ولكن يوجد اختلاف بينهما في أن « أليس » يرفض مفهوم « روجرز » ، بأن إقامه علاقة دافئة مع المسترشد شرط لنجاح العلاج ، لأنه يرى أن هذا يدعم المطلب غير العقلاني للقبول . وفي نفس الوقت نجد أن المعالج العقلاني لديه قدرة على أن ينقل لمرضاه الفكرة التي مؤداها : أنه في الحقيقة لا يكرههم ، أو أنهم عديمي القيمة ، عندما يتصرفون بطرق سيئة وغير فعالة . وهو في هذه الناحية يعتبر غاية في التقبل والتسامح بل هو يفوق غيره في هاتين الصفتين . (مليك - ١٩٩٠م - ص ٢١٩)

- ونلاحظ أنه يوجد تداخل بين أهداف العلاج العقلاني الانفعالي والعلاج الوجودي ، لأن كلا منهما يهدف إلى مساعدة المسترشد ، وتحديد حريته ، والعمل على تنمية فرديته الخاصة ، ومساعدته على أن يعيش مع غيره في حوار مثمر ، وتعليمه تقبل الحدود في الحياة .

ومع ذلك فإن « أليس » يرى أن معظم المعالجين الوجوديين هم أصحاب نظرية أكثر منهم ممارسين ، وذلك لأن فنيات العلاج الوجودي غامضة وغير محددة ، فهي قد تؤدي إلى زيادة اضطراب المسترشد ، وتجعلها أكثر خطورة فهم بالرغم من أنهم يقومون بمواجهات صحية « Healthful » مع مرضاهم ، إلا أن المسترشد يحتاج غالباً إلى التعليم المباشر ، والحث « Persuasion » ، والمناقشة لإحداث هزة عنيفة تخرج أفكاره غير العقلانية بالإضافة إلى أن العصائيين والذهانيين الذين وصلت حالاتهم إلى درجة الخطورة يكونون عديمي الاتجاه في الحياة (Directionless) ، وليس لهم هدف واضح ، لذا فهم يحتاجون إلى توجيه كبير وهذا ما لا يقره التفكير الوجودي .

وقد ذكر (الشيخ) عن ستارك « Stark » ١٩٦١م (ص ٤٣١ - ٤٣٥) أن هناك اتفاق كبير بين العلاج العقلاني الانفعالي والعلاج بالتعلم الشرطي ، من حيث الممارسة في العلاج مثل دولار و ميلر « Dollard and Miller » . وولب « Wolpe » (١٩٥٨م - ١٩٦١م) .

أما من ناحية الأساس النظري فنجد أن المعالج العقلاني الانفعالي يقبل الأسس الرئيسية ، التي توصلت إليها نظريات التعلم ، وتؤمن بأن الكائنات البشرية يتم تشريطها أو تعليمها ، إلى درجة جعلها لاستجيب بطريقة فعالة لمثيرات أو أفكار معينة ، كما أنه يمكن إعادة تشريطها ، إما فكرياً Ideationally أو حركياً « Motorially » من خلال العملية العلاجية ، ولكن المعالج العقلاني يتشكك في مجال العلاج بإزالة أثر التشريط Deconditioning على يد سولتر ولب « Wolpe » و « Solter » ، لأنهما يركزان بدرجة كبيرة على إزالة العرض ولكن دون إعادة تشييد البنيان الفلسفي الأساسي لشخصية المسترشد ، ويرى المعالج العقلاني أنهم بذلك ، وبطريقة غير مقصودة ، يحثون المسترشد علي تغيير الألفاظ التي يحدث بها نفسه .

بينما نجد أن العلاج العقلاني الانفعالي يحاول أن يضع إزالة أثر التشريط في إطار لفظي أو فكري ، بالإضافة إلى أنه يعمل على تغيير فلسفة المسترشد غير العقلانية ، بحيث لا تعود مرة أخرى إلى الظهور في حياة المسترشد ، ومع أن العلاج العقلاني الانفعالي يساير فنيات إزالة أثر التشريط ، إلا أنه يستوعب المسترشد بشكل واسع ، فيعمل على إمداده بأساليب تساعد على التغلب على أفكاره غير العقلانية ، فهو يعتمد على الوسائل اللفظية وغير اللفظية .

ورغم أن العلاج العقلاني الانفعالي يقوم على نظرية متمركزة (Centeralized) إلا أنه يتميز عن غيره من العلاجات بأنه علاج مؤكد ، ويتعارض العلاج العقلاني الانفعالي

مع العلاج بالواقع « Reality therapy » ، لأن جلاسر يرى أن كل الناس لديهم حاجات أساسية ، وفي حالة عدم إشباعها ، لاتكون سبباً أساسياً ، بأن لايتقبل الفرد ذاته إلا في حالة فهم هذه الحاجات بطريقة خاطئة وغير منطقية .

- ويختلف بيرلز « Perls » و« أليس » في أن « بيرلز » يهتم بالانفعال ، وينظر نظرة معادية للفكر ، أما « أليس » فهو يهتم بالفكر العقلاني ، ويرى الانفعال شيئاً يتعين الإقلال منه أو إلغاؤه .

وكذلك يرى (بيرلز) أن المسترشد باعتباره على صلة بجزء من ذاته ، فإنه عندما يصل المسترشد إلى الوعي الكامل بذاته فهذا يجعله يشعر بأنه وحدة كلية ومكتفياً بذاته ، ولكن بنظر « أليس » أن تقبل الذات والتفكير العقلاني يحققان نفس النتيجة .
(مليك - (١٩٩٠م) ص ٢١٢ - ٢٢١)

ولم يقبل (أليس) - وجهة النظر (الوجودية) ، بأن الفرد عنده ميل إلى تحقيق قدراته « Self - actualization » ، لأن الفرد عنده غرائز قوية ، وميل للتعرف بطرق مميزة ، بينما (أليس) مقتنع بأن الفرد إذا اشترط بأن يفكر أو يشعر بأنه في طريق محدد فإنه يستمر في ذلك السلوك ، حتى ولو أدرك بأن سلوكه فيه خداع للنفس ، لذا يرى أنه لابد للمعالج الحقيقي أن يبحث عن الجذور التي تؤدي إلى سلوك الخداع النفسي (وتتفق الإجراءات في العلاج غير العقلاني مع العلاج (المتمركز حول المسترشد) ، وكذلك (العلاج الوجودي) على التركيز على خبرات المسترشد في الوقت الحاضر ، وليس على خبرات الماضي . كما يرى (فرويد) ، كما أنه يتفق مع (العقلانيين المحدثين) الذين يستخدمون العقل والمنطق في العلوم وفي البحث عن الحقيقة ، ويعارضون المؤمنين بالخرافات والأساطير والمتعصبين لبعض المذاهب والشخصيات والآراء ونحو ذلك) .
(الدكوري - ١٩٨٥م - ص ٢٥٨)

وأيضاً يتفق مع الوجوديين الجدد في معظم ما حددوه من أهداف للحياة ، وهناك قضايا يتقبلها (أليس) :

- ١ - الإنسان حر وينبغي عليه أن يزود بالمعرفة .
 - ٢ - وينمي فرديته .
 - ٣ - ويعيش في سلام مع الآخرين .
 - ٤ - ويخبر الأشياء بنفسه .
 - ٥ - ويظهر في الوقت المناسب .
 - ٦ - ويؤمن بأن لاحقيقة إلا في العمل .
 - ٧ - ويسمو بنفسه في سرعة وتدفق .
 - ٨ - ويحقق إمكاناته بصورة مبتكرة .
 - ٩ - وفي اختياره للأشياء يختار دائماً الإنسان .
 - ١٠ - ويعلم أنه لابد أن يتقبل بعض القيود في الحياة) .
- (بانرسون - ١٩٨١م - ص ١٨٣ - ١٨٤) .

العلاج العقلاني :

يشارك العلاج العقلاني مع العلاج ذي الاتجاه الفكري والسلوكي والعلمي في خواص كثيرة ، ويعتمد على التفكير والحكم واتخاذ القرار والتحليل والعمل وهو علاج تعليمي وموجه ، ويهتم بالناحية الفكرية ، وليس بالناحية الشعورية .

أما الأساس الذي تقوم عليه نظرية (أليس) فتتضمنه مجموعة من الافتراضات الفلسفية المتعلقة بطبيعة الإنسان وسبب اضطراباته العاطفية وتعاسته ، وهي :

- إن الإنسان يولد ولديه القدرة على التفكير العقلاني والتفكير غير العقلاني ، فهو يستطيع أن يحافظ على نفسه ويسعد بها ، ويتصل بالآخرين ، ويشارك في الحياة بطريقة إيجابية وبالتالي لديه القدرة على تدمير ذاته ، والابتعاد عن التفكير ، وتعلم العادات غير السليمة ، والإيمان بالخرافات ، ولوم النفس وعدم القدرة على التحمل وبموجب ذلك يكون لدى الفرد استعداد لكلا الجانبين .

- ولكن الإنسان حيوان عاقل فريد في نوعه ، ويتميز عن غيره من مخلوقات الله ؛ ولديه طرق عديدة يستطيع بواسطتها أن ينمي طريقة تفكيره إلى أقصى حد من التقديرات الاجتماعية بالنسبة له ، فهو حين يفكر ويسلك طريقة عقلانية ، يصبح ذا فاعلية ، ويشعر بالسعادة والكفاءة .

- إن التفكير غير العقلاني في أصله يرجع الى التعليم المبكر غير المنطقي وإلى عوامل التنشئة الاجتماعية ، وخاصة في مراحل الحياة الأولى للفرد أثناء طفولته ، سواء عن طريق والديه أو من المجتمع الذي يعيش فيه ، والذي يتضمن جوانب غير منطقية .

- إن التفكير والانفعال عند " أليس " ليسا وظيفتين منفصلتين ، إذ إن الانفعال يصاحب التفكير ، والانفعال حقيقة هو تفكير متميز ذاتي شخصي غير عقلاني . ونظرية (أليس) تقول : (عند ما ينفع الفرد فإنه يفكر ويعمل ، وعندما يفعل فإنه ينفع وعندما يفكر فإنه ينفع ويفعل) . (جبرالدكوي ، ١٩٨٥ م ، ص ١٤٩)

- إن الشعور بالقلق والاضطراب النفسي الانفعالي والسلوك العصابي يكون نتيجة للتفكير غير العقلاني وغير المنطقي ، وهذه مرحلة طبيعية للإنسان ، وتختلف درجتها من إنسان إلى آخر .

ويمكن للفرد أن يثبت هذه الأفكار غير العقلانية في نفسه عن طريق الإيحاء الذاتي والإعادة بحيث تصبح جزءاً منه - وهذه الأفكار والانفعالات السلبية يمكن جمعها بإعادة تنظيم الإدراك والتفكير بدرجة يصبح معها الفرد منطقياً ومتعقلاً .

- كما أن استمرار حالة الاضطراب الإنفعالي نتيجة لحديث الذات ، لا تقرره الظروف والأحداث الخارجية فحسب ، وإنما المفاهيم الاعتقادية والاتجاهات التي يتبناها الفرد نحو تلك الأحداث والظروف .

- باعتبار أن الإنسان حيوان ناطق بطبيعته ، فإنه يفكر من خلال استخدام الكلام والرموز اللفظية ، ربما لأن العاطفة مصاحبة للتفكير ، فإن التفكير غير العقلاني يستمر باستمرار الاضطرابات الانفعالية ، وهذا ما يميز الفرد المضطرب ، فهو يحافظ على اضطرابه وسلوكه غير المنطقي عن طريق التلفيظ الذاتي ، الذي يظهر في طريقة الحديث عن أفكاره ومعتقداته غير العقلانية بالإضافة الى الجمل والعبارات التي يستخدمها في التعبير عن هذه الأفكار والمعتقدات .

- ونجد أن (أليس) قد حدد إحدى عشرة فكرة اعتبرها غير عقلانية أو خرافية ، وغير ذات معنى . ومع ذلك فهي شائعة في المجتمع الغربي ، فهذه الأفكار غير العقلانية تؤدي إلى انتشار العصاب وهذه الأفكار :

- ١ - من الضروري أن يكون الشخص محبوباً أو مرضياً عنه من كل المحيطين به .
- ٢ - يجب على الفرد أن يكون على درجة عالية من الكفاءة والمنافسة ، وأن ينجز ما يمكن أن يعتبر نفسه بسببه ذا قيمة وأهمية .
- ٣ - بعض الناس شر وأذى ، وعلى درجة عالية من الخسة والجبن والنذالة ، وهم لذلك يستحقون العقاب والتوبيخ .
- ٤ - إنه لمن المصائب الفادحة أن تسير الأمور بعكس ما يمتنى الفرد .
- ٥ - المصائب والتعاسة تعود أسبابها إلى الظروف الخارجية ، والتي لا يستطيع الفرد السيطرة عليها ، أو التحكم فيها .
- ٦ - الأشياء المخيفة والخطرة تستدعي الاهتمام الكبير ، والانشغال الدائم في التفكير بها ، وبالتالي فإن احتمال حدوثها يجب أن يشغل الفرد بشكل دائم

- ٧ - من الأسهل أن نتجنب بعض الصعوبات والمسئوليات بدلاً من أن نواجهها
- ٨ - يجب أن يكون الشخص معتمداً على الآخرين ، ويجب أن يكون هناك من هو أقوى منه ، لكي يعتمد عليه .
- ٩ - إن الخبرات والأحداث الماضية تقرر السلوك الحاضر ، وإن تأثير الماضي لا يمكن تجاهله أو محوه .
- ١٠ - ينبغي أن ينزعج الفرد أو يحزن لما يصيب الآخرين من مشكلات واضطرابات .
- ١١ - هناك دائماً حل مثالي وصحيح لكل مشكلة ، وهذا الحل لابد من إيجادها ، والا فالنتيجة تكون مفاجئة .

« إن الأفكار والمعتقدات الخاطئة تكاد تكون عامة في الحضارة الغربية ، وعندما يتم تقبلها وتعزيزها عن طريق التلفيظ الذاتي ، يستمر الفرد في تكرارها لنفسه ، فإن ذلك يقوده إلى العصاب والاضطراب الانفعالي بسبب عدم قدرته على تحقيق تلك الأفكار والمعتقدات ، وهكذا فإن الفرد المضطرب غير سعيد لأنه غير قادر على التخلص من أفكاره ومعتقداته غير المعقولة والمستحيلة أحياناً ، والتي تبدو في استعماله لعبارات أو كلمات مثل : (يجب - ينبغي - يتحتم) ، وحين يقبل الفرد تلك الأفكار والمعتقدات غير العقلانية فإنه يصبح مقهوراً وعدوانياً دفاعياً ، شاعراً بالذات ، وعدم الكفاءة ، والقصور ، وعدم القدرة على الضبط كما يشعر بالتعاسة والشقاء وهذا بالضبط ما يميز العصابين من غير العصابين » (باترسون - ١٩٨١م - ص ١٧٦ - ١٨٢)

الشخصية في العلاج العقلاني الانفعالي :

يعتبر العلاج العقلاني الانفعالي الفرد العادي أنه ينمو في صورة رغبات شخصية ، وأمان وتفضيلات . وفي هذا الصدد فإن كل شخص يختلف عن غيره من الأفراد من جميع الجوانب ، وعلى الرغم من قناعة بعض علماء النفس أمثال « فرويد » وإريكسون

بأن البشر يرتقون في أطوار نمو متتابعة ، فإن « أليس » لم يتبع في نظريته أياً من هذه النظريات ، بل ركز العلاج العقلاني الانفعالي على كيفية إعادة النمو « Redevelopment » للفرد ، أكثر من تركيزه على النمو « Development » .

ورغم عدم الاهتمام الواضح من جانب « أليس » بتكوين نموذج نظري للشخصية ، فإنه قد صاغ مجموعة من المفاهيم الأساسية لنظريته - تسهم في التعرف على وجهة نظره في الشخصية : -
(الشناوي - (١٩٩٤) - ص ١٠٥)

أ - الاستعدادات البيولوجية :

تفترض إن الإنسان يولد معه نزعة قوية إلى أن يريد ، وأن يصر على أن يحدث كل شيء على أحسن وجه في حياته ، وأنه إذا لم يحصل فوراً على ما يريد ، فإنه يشتم ذاته والآخرين والعالم ، وتبعاً لذلك فهو يفكر تفكير طفلياً طول حياته ، ويكون قادراً على تحقيق سلوك ناضج أو واقعي فقط بصعوبة بالغة .

ب - الجوانب الاجتماعية للشخصية :

ترى النظرية أن النضج الانفعالي هو أوازن دقيق بين اهتمام الفرد بالعلاقات مع الآخرين ، ومبالفته في الاهتمام بها . (مليكه - (١٩٩٠) - ص ١٨٦ - ١٨٧)

أما تأثير المجتمع فالبشر يميلون فطرياً إلى أن يخضعوا للتأثير ، خاصة أثناء مرحلة الطفولة ، وهذا التأثير يكون من أفراد أسرهم ومن أقرانهم المباشرين ، وكذلك من البيئة الحضارية التي يعيشون فيها بوجه عام . وعلى الرغم من أن هناك اختلافات شاسعة في الخضوع للتأثير ، إلا أن البشر لا يستطيعون الابتعاد عن تعاليم الأسرة والمجتمع وتقاليدهما ، فهذا مما يعمق اضطرابهم الانفعالي وعدم المنطقية في تفكيرهم وتصرفاتهم .
(الشناوي - (١٩٩٤) - ص ١٠٦)

ج - التفاعل بين الأفكار والمشاعر والتصرفات :

يرى (أليس) أن كل البشر العاديين يفكرون ويشعرون ويتصرفون ، وهم يفعلون ذلك في صورة تفاعلية وتبادلية ، فافكارهم تؤثر بشكل جوهري ، بل ربما تخلق مشاعرهم وسلوكياتهم ، كذلك فإن انفعالاتهم تؤثر على افكارهم وعلى سلوكياتهم بشكل هام . كما أن تصرفاتهم تؤثر بشكل متميز على كل من افكارهم وانفعالاتهم فعندما نغير من افكارهم أو انفعالاتهم أو سلوكهم ، فإن تغيير أحد هذه الأنماط سيؤدي إلى نتائج إما إيجابية أو سلبية .

د - قوة تأثير العلاج المعرفي :

يستخدم العلاج العقلاني الانفعالي مجموعة كبيرة من الطرق المعرفية ، ولكنه يركز بشكل أساسي على مهاجمة الأفكار غير المنطقية ، وبذلك يحاول أن يكون نسقاً متعمقاً لتغيير الشخصية ، يساعد المسترشدين على تغيير فلسفاتهم في الحياة بشكل جذري .

هـ - الجوانب السيكلوجية :

وهي تتلخص في نظرية (A B C) ، وإصرار الفرد غير العقلاني على (يجب) ، و (يتعين) ، و (يتحتم) على أن تكون الأمور مختلفة عن الطريقة التي تكون بها ، وهي أفكار خارج مجال الصدق الأمبريقي ، ولكن هذه النظرية (A B C) مع نظرية السلوكية « المنبه » تسبب الاستجابة ، فهي ترى أن الكائن يتدخل بين المنبه والاستجابة ، ولذلك فإن كل استجابات الفرد تتأثر برد فعل الكائن لأفعال المنبه .

وقد عبر أدلر « عن نظرية أليس (A B C) أو « المنبه - الكائن - الاستجابة » ، حيث قال : الخبرة ليست هي سبب النجاح أو الفشل ، ونحن « نعاني من صدمات خبراتنا ، ولكننا نأخذ منها مايلائنا أغراضنا ، ونحن محدّدون ذاتياً بواسطة المعاني التي نخلعها على خبراتنا » .

نظرية الشخصية :

ويشير « كورسين » عام (١٩٧٣م) إلى أن دور الأفكار والمعتقدات غير العقلانية في الاضطرابات العاطفية ، إنما يظهر في نموذج (أليس) للشخصية المعروف بنظرية (A . B . C) . وتعتبر هذه النظرية بمثابة المركز في نظرية العلاج العقلاني وممارساته أما « A » فيقصد بها الحادث أو الخبرة أو الموقف . و « B » وهي اعتقاد الفرد حول الحادث ويقصد بها الأفكار والمعتقدات التي تلحق بالحادث أو الخبرة .

و« C » وهي الاستجابة العاطفية . ويقصد بها النتائج العاطفية أو الانفعالية التي يشعر بها الفرد ، نتيجة للحادث ، فإذا حدث أن شعر الفرد بخبرة انفعالية معينة « C » ، كالحنن أو الخوف أو احتقار الذات نتيجة لحادث معين « A » ، كالفشل في الدراسة ، أو العمل ، فإنه ربما يظهر أن الفشل « A » هو السبب المباشر لانفعال القلق أو الخوف أو الحزن « C » . إلا أنه حسب نظرية (أليس) فإن النتائج الانفعالية « C » ، تبين مرتبطة بالحادث « A » ، إلا أنها ليست نتيجة مباشرة له ، بل هي نتيجة للأفكار والمعتقدات والألفاظ الذاتية « B » ، التي يستخدمها الفرد في وصفه للحادث (A) ، و (D) ومعناها المخالفة ، حيث أن جوهر « D » هو تطبيقات الأسلوب العلمي في مساعدة العميل على مواجهة اعتقاده غير العقلاني والذي يقود إلى تشويش السلوك والعواطف .

ويؤكد (أليس) دائماً على أن للفرد القدرة على التفكير المنطقي ، وهو قادر على تدريب نفسه بتغيير الاعتقادات المدمرة لنفسه ، وذلك عن طريق ضبط النفس ، أو العمل على فهم وتحدي نظام الاعتقاد غير العقلاني . .

أهداف العلاج العقلاني الانفعالي :

لا تختلف أهداف العلاج العقلاني - الانفعالي عن أهداف العلاج النفسي عامة

وهي تشمل :

- الإقلال من المعاناة الذاتية للفرد ، والإقلال من الاضطرابات العصابية ، وحل مشكلات الحياة .

- إن التغيير المعرفي هو هدف العلاج ، وإن التغييرات الوجدانية والسلوكية سوف تتبع التغيير المعرفي .

- وتسعى العلاجات المعرفية إلى أن « يتعلم الأفراد تعديل حالاتهم المزاجية وسلوكهم غير المتوافق حتى بعد انتهاء العلاج .

- ويعتبر « أليس » أن العلاج العقلاني - الانفعالي هو إعادة بناء الفرد لفلسفته في الحياة بصورة شاملة .

- جعل المسترشد يعرف أن أسباب مشاكله كلها هي الأفكار غير العقلانية ، والألفاظ الذاتية التي يتبناها ، فهذه هي التي تؤدي إلى اضطرابه ويحاول العلاج العقلاني تقليص هذه الأفكار التي يتبناها الفرد حول نفسه ، وجعله يكتسب نظره واقعية ، وقدرة على التحمل والتحكم في انفعالاته عقلانياً .

- تحديد أسباب السلوك المضطرب من أفكار ومعتقدات غير منطقية .

- تمكين المسترشد من الشك والاعتراض على أفكاره غير العقلانية .

- زيادة اهتمام المسترشد بنفسه ، وتقبله لذاته وتقبله للتفكير العلمي والمنطقي .

(سري - (١٩٩٠م) - ص ١٦٩)

- اعتراف المسترشد بحقوق الآخرين وتنمية التوجيه الذاتي والاستقلالية الذاتية أو المسؤولية .

- يتحمل المسترشد سقطات البشر ، وتقبل الأشياء غير المؤكدة ، والمرونة والانفتاح على الآخرين والتفكير العلمي .

عملية العلاج :

تركز الإجراءات العلاجية على خبرات المسترشد في الوقت الحاضر ، ويركز بصورة رئيسية على خبرات المكان والزمان ، وقابلية المسترشد على تغيير نمط تفكيره وعواطفه ، التي تعلمها في بداية حياته لذا نرى أن المسترشد لا يبحث عن ماضيه ، وعمل ارتباطه للسلوك بين الماضي والحاضر ، وكذلك لا يبحث عن علاقة المسترشد بأهله وأقاربه ، فالعلاج العقلاني يؤكد على الاضطراب الحالي الناتج عن الأفكار غير العقلانية ، ونظرة الإحباط والانهزام التي أدت إلى تكوين نظرة انهزامية حول نفسه ، وحول الناس ، فالعلاج العقلاني يركز على تبصير المسترشد بمصادر اضطرابه ، فهو يعمل على إعادة التربية التي عن طريقها يتعلم المسترشد كيفية استخدام التفكير المنطقي لحل مشاكله .

وبدور المعالج في ذلك مساعدة المسترشد على التخلص من الأفكار غير العقلانية ، وإستبدالها بأفكار عقلانية .

الخطوات التي يستخدمها المعالج العقلاني في العملية العلاجية :

- يبين المعالج للمسترشد كيف أن التفكير الإنساني والانفعالات التي ترتبط بهذا التفكير يمكن التحكم فيهما ، أو تغييرهما بتوضيح دلالة العبارات والجمل التي تتكون منها الأفكار والانفعالات بصورة جوهرية ، وعادة ما يستطيع هذا المسترشد أن يتعلم كيف يتغلب على اضطراباته الانفعالية ، ويعتقد المعالج العقلاني الانفعالي أن الانفعالات السالبة الدائمة ، مثل الاكتئاب والقلق والغضب والإحساس بالذنب في صورتها الحادة ، لاضروية لها في حياة الإنسان ، وأنه يمكن القضاء عليها ، إذا تعلم الناس أن يفكروا بطريقة سليمة ، وأن يتبعوا تفكيرهم بأفعال فعالة .

فمهمة المعالج هي أن يوضح لمرضاه كيف يفكرون بطريقة سليمة ، وأن يتصرفوا بطريقة فعالة ، ويفترض المعالج العقلاني الانفعالي أن الشخص العصابي يتمتع بفهم أو استبصار تام بالطريقة التي يضر بها نفسه ، ولكنه لسبب غير عقلاني يستمر في سلوكه المدمر لذاته ، فهو شخص مضطرب انفعالي ، وهذا الاضطراب الانفعالي يؤدي إلى إعاقة التفكير الواضح .

وباعتبار هؤلاء الأفراد المضطربون انفعالياً يتصرفون بطرق غير عقلانية وجب على المعالج العقلاني الانفعالي أن يضع بعض الأسئلة في حسبانته وهي :

- ما الذي يجعل هؤلاء الأفراد مضطربين وغير منطقيين في تفكيرهم أساساً ؟
- كيف يستمرون في مواجهة تفكيرهم غير العقلاني ؟
- كيف يمكن مساعدتهم ، لكي يصبحوا أقل عصابية وأكثر منطقية ؟

وبالتالي فإنه ينبغي على المعالج العقلاني الانفعالي أن تكون أهدافه الأساسية :

- أن يوضح للمرضى أن أحاديثهم الذاتية « Self Verbalization » هي مصدر اضطراباتهم الانفعالية .
- أن يوضح لهم أن الجمل والعبارات التي تعلموها ليست منطقية بالضرورة ، وليست واقعية تماماً في بعض الجوانب ، وأن لديهم القدرة على التحكم في انفعالاتهم عن طريق إقناع أنفسهم بصدق عبارات أكثر عقلانية ، وأقل تدميراً للذات .
- يوضح للمسترشد العلاقة بين أفكاره غير المنطقية ، وبين ما يشعر به من تعاسة بطريقة مباشرة .
- الاستمرار في الكشف عن ماضي المسترشد ، ووصفه خاصة تفكيره غير المنطقي في الحاضر ، وعباراته المدمرة للذات وذلك عن طريق :

- استحضاره هذه العبارات إلى حيز انتباهه أو شعوره .
 - توضيح كيف أن هذه العبارات تسبب الاضطراب والتعاسة .
 - التدليل الدقيق على الارتباطات غير المنطقية في العبارات المنقولة عن الآخرين .
 - تعليمه كيف يعيد التفكير ، وكيف يتحدى ، وكيف يعارض ويعيد صياغة هذه العبارات ، وأي عبارات أخرى مشابهة كي تصبح أفكاره أكثر منطقية وفعالية .
 - الأفكار غير العقلانية الرئيسية التي من المحتمل أن يكتنح الإنسان بها .
 - فلسفات الحياة الأكثر عقلانية ، والتي يمكن اتباعها بدلا من الفلسفات والأفكار غير العقلانية السابقة .
 - أن يضع المعالج العقلاني الانفعالي لنفسه مهمة أساسية ، وهي أن يحمل المسترشد على أن يتخلى عن المعتقدات الخاطئة ، وعن أفكاره غير المنطقية ، وأن يغير اتجاهاته المدمرة للذات « Self - Sabotaging attitudes » . ولكي يقوم المعالج بهذه المهمة ، عليه أن يستخدم بعض الفنيات العلاجية المعتادة ، والتي يستخدمها غيره من المعالجين وهي :
 - فنية تحقيق علاقة بين المعالج والمسترشد « Rapport » .
 - فنية تعبير المريض عن انفعالاته « Expressive - Emotive » .
 - فنية الاستبصار والفهم للمسترشد « Insight - interpretative » .
 - فنية المساندة النفسية للمسترشد « Supportive » .
- إن المعالج العقلاني الانفعالي ينظر إلى هذه الفنيات كما ينظر لها المعالجون الآخرون على أنها استراتيجيات أولية ، الهدف منها تحقيق نوع من الألفة والتفاهم بينه وبين المريض ، لمساعدته على التعبير عن نفسه بصورة مقبولة ، وليثبت له أن لديه القدرة على التغيير ، ويوضح له الأسباب التي أدت إلى حالة الاضطراب .

وبعبارة أخرى فإن معظم الفنيات العلاجية - بطريقة مقصودة أو غير مقصودة توضح للمسترشد أنه غير منطقي ، كما توضح له السبب الذي أدى به إلى هذه الحالة ، ولكن هذه الفنيات عادة تفشل في أن توضح له لماذا استمر محتفظاً بتفكيره غير المنطقي ، وأنه يجب عليه أن يغير تفكيره الخاطيء هذا بفلسفة أكثر عقلانية للحياة . ويحاول معظم المعالجن بطريقة غير مباشرة أن يوضحوا للمسترشد أنه يسلك بطريقة غير منطقية ، في حين أن المعالج العقلاني يذهب إلى أبعد من هذه النقطة ، فهو يقوم بهجوم مباشر على أفكار المسترشد غيرالعقلانية العامة منها والنوعية ، ويحاول أن يحثه على تبني وجهات نظر تتصف بالعقلانية ، وفهم المريض للطبيعة القرضية لسلوكه ، والإدراكات الخاطئة التي لديه ، وفهم الدور الذي يلعبه كلا الجانبين في حركة حياته . (الشناوي - (١٩٩٠) - ص ٤٢٠) .

- إن المعالج العقلاني الانفعالي يقوم بهجوم منسق « Concerted » على المعتقدات غير المنطقية للشخص المضطرب نفسياً ، بطريقتين رئيسيتين هما :

- يقوم المعالج بمهاجمة معتقدات المسترشد الخاطئة ، فهو يعترض على المعتقدات الانهزامية « Self - defeating » ، وعلى الخرافات Superstitions التي تعلمها المسترشد قديماً ، وتلك التي يقوم المسترشد باعتناقها

- يقوم المعالج بتشجيع المسترشد وحته « Persuades » على أن ينخرط في نشاط ما ، وهذا في حد ذاته يجعل المسترشد يقوم بدور إيجابي مضاد للمعتقدات الخاطئة ، التي كان يؤمن بها ، ومن ثم فإن المعالج عادة يتحتم عليه أن يستمر في محاربة الأفكار غير المنطقية التي تكمن وراء مخاوف المسترشد ومشاعره العدائية ، كما يلزم أن يوضح للمسترشد وبصورة مقنعة « Convincing » كيف ولماذا ؟ تتسم هذه المخاوف بأنها غير عقلانية ، وأنها تؤدي حتماً إلى نتائج سيئة للغاية .

ويعتقد « أليس » أن العلاقة الطيبة بين المسترشد والمعالج ، علاقة مرغوب فيها بدرجة كبيرة ، لأنه لابد أن يكون المعالج العقلاني الانفعالي طبيعياً على سجيته ، فعلاً بدرجة كبيرة ، وغالباً ما يعبر عن وجهة نظره بدون تردد ، كما أنه يجب أن يكون موضوعياً هادئاً وعلى مودة مع عملائه ، ويكون اهتمامه الرئيسي هو مساعدة هؤلاء العملاء على التخلص من اضطراباتهم الانفعالية .

ويرى « أليس » أن المعالج النفسي العقلاني الانفعالي يجب أن يكون نشيطاً فعالاً. بطريقة نموذجية أثناء جلسة العلاج العقلاني الانفعالي ، فيقوم بالحديث مع المسترشدين أكثر من الاستماع السلبي إليهم ، كما يواجه المسترشدين بالدليل على عدم منطقية سلوكهم ، ويستخدم التفسير بحرية ، ولا يهتم اهتماماً كبيراً بالمقاومة التي تنشأ لدى المسترشدين أثناء مهاجمة الفلسفات الانهزامية لديهم ، كما يشرح وجهة نظره للمسترشدين ، ويتولى إقناعهم بها .

وباعتبار أن الهدف الرئيسي للعلاج العقلاني هو التوصل إلى التفكير غير المنطقي ، والعمل على إبطائه ، وجعل المسترشد يفكر بطريقة أكثر منطقية ، فهو يستخدم العلاقة الإرشادية والطرق الانفعالية النفسية ، والطرق المساعدة والتفسيرية أو التحليلية ، كأساليب مبدئية الهدف ، منها تكوين الألفة والمودة لمساعدة المسترشد على التعبير عن ذاته ، وإشعاره بالتقبل . لأن (أليس) يرى : أن جميع الأساليب العلاجية تعمل على تنمية وعي المسترشد ، وإدراكه لتفكيره غير المنطقي ، ولكن لاتجعل المسترشد ، يستبصر أسباب مشاكله ، ويعيد النظر في إدراكه وتصوره وفلسفته ، وبالتالي يغير من أفكاره وانفعاله وسلوكه غير المنطقي . ولأهمية استبصار المسترشد بأسباب مشاكله ، نوضح المزيد عن الاستبصار (INSIGHT) بأنه :

١ - هو قدره على إدراك المعاني الحقيقية ، ومعرفة الأمور بالدراسة والتأمل والتفكير الدقيق .

٢ - وعملية الاستبصار « Insight » مأخوذة من البصيرة .

ونكر (بيتش) عن مكولاس :

نتيجة لما توصل إليه باحثون مثل « لندن وهويز » « بأن إكساب المسترشد استبصاراً ، واكتشاف بوافعه ، وتحسين فهم ذاته ، هو هدف العلاج الرئيسي . إلا أن الاستبصار ليس هو سبب التغيير العلاجي ، بل هو من نتائج التغيير . من أجل ذلك لا بد من الجمع بينه وبين تعديل السلوك ، وأن يحل تعديل السلوك مكانه » .

- ولكن علماء الجشتالت يرون :

أن عمليه الاستبصار تعتبر من أهم عمليات التعلم لدى الإنسان ويقول :

« فردريك بيرلز » « Fredrick Perls » في كتابه عن العلاج الجشتالتي :

« إن الفرد يحكم سلوكه استناداً إلى مدركاته الصحيحة أو الخاطئة ، كما يحكم هذا السلوك انتظام هذه المدركات ووحدتها الكلية ، لذلك فإن المعالج الاستبصاري ينظر إلى الشخصية على أنها نتاج لعملية تكوين ، أو بناء لمدركات الفرد ، وكذلك هدم أو تدمير لمدركات أخرى . وإن هدف الكائن هو أن ينظم مدركاته بشكل صحيح ومكتمل » .
(بيتشي - (١٩٩٢) - ص ١٤٠ - ١٤١)

وتعطي طرق العلاج النفسي التحليلي أهمية كبرى للاستبصار على أساس افتراض أن التغيير الأساسي لا يمكن أن يحدث ، ما لم يكن هناك استبصار . فهو يؤدي غالباً إلى امتداد العلاج ، حيث يحرر المسترشد نفسه من مسئولية عيش حياته ، حتى يتحقق الاستبصار . (وقد اعترض المعالجون « الادلريون » على المعالجين الذين ميزوا بين نوعين من الاستبصار هما الاستبصار الذهني (Intlectual) ، والاستبصار العاطفي (Emotional) لأنهم يؤمنون « بمبدأ كلية الفرد » « Holism » . فالاستبصار عندهم يعني « الفهم المترجم إلى التصرف البناء » ، إنه يعكس فهم

المريض للطبيعة الفرضية لسلوكه ، والإدراكات الخاطئة التي لديه ، وفهم الدور الذي يلعبه كلا الجانبين في حركة حياته » . (الشناوي (١٩٩٤م) - ص ٤٢) .

لذا يرى « أليس » أن الإنسان باعتباره عقلانياً وغير عقلاني في نفس الوقت وبشكل فريد ، فإنه بإمكانه أن يخلص نفسه من معظم مشكلاته العاطفية والانفعالية أو العقلية إذا تعلم ، أو تدرب على أن ينمي مدركاته بالشكل الصحيح ، وأن ينمي تفكيره العقلاني إلى أقصى درجة مع خفض لأفكاره غير العقلانية ، إن معظم اضطرابات الأفراد تنجم إلى حد كبير بسبب التفكير غير المنطقي ، والإدراك المشوه للأمور ، ويمكن بواسطة العلاج إعادة ترتيب هذه المدركات ، وكذلك تنظيم الأفكار من أجل القضاء على السبب الأساسي . وقد اشترط العلاج العقلاني ثلاثة مستويات للتبصر العاطفي :

١ - إن المسترشد يصبح على وعي بأن هناك حادثة قد سببت له الاضطرابات ، وهذه الحادثة مازال يفكر فيها .

٢ - اعتراف المسترشد بأن هذه الحادثة مازالت تهدده ، وأنه مازال مستمراً في هذا الاعتقاد ، وإعادة التفكير غير العقلاني الذي قبله بشكل نهائي .

٣ - قبول المسترشد بأنه لن يتحسن ، ما لم يعمل على تغيير اعتقاداته غير المنطقية ، وذلك بواسطة عمل شيء فعلاً . (جيرالد كوري - ١٩٨٥م - ص ٢٥٩) .

العزوبة :

إن الافتراض قائم على أن كل البالغين يتزوجون ، ولكن الأمر ليس كذلك بالطبع ، لأن نمط شخصية الأعزب مختلفة تماماً ، فهي تتكون من عدة أنماط مختلفة ، تشمل من تزوج مرة ، وكل مطلق الآن أو أرمل ، كما تشمل من لم يتزوج أبداً .

ومن بين الذين لم يتزوجوا أبداً ، توجد فئات فرعية تعتمد على : ما إذا كان الفرد أعزياً بشكل إرادي أو لإرادي ، مؤقتاً أو دائماً .

ولأن معظم الباحثين لم يقسموا مجموعة من لم يتزوجوا أبداً إلى فئات فرعية ، علينا أن نقنع الآن بالنظرة الشمولية للعزوية ، وهي في الغالب تقتصر على من لم يتزوجوا أبداً بدلاً من المطلقين والأرامل .

إن أحد الأشياء التي نعرفها عن من لم يتزوجوا أبداً ، أن عددهم في تزايد مستمر . ويقوم « جليك » GLICK بعمل تقسيم مؤداة أن (٨٪ - ٩٪) من البالغين في العشرينات يظلوا عزاباً مدى حياتهم ، بينما كانت نسبة هذا التقسيم منذ ثلاثين عاماً مضت من (٤٪ - ٥٪) . وتوجد حقيقة أخرى عن البالغين العزاب ، وهي أن معظمهم من الرجال الذين تكون أعمارهم حتى سن (٦٥) . (Bee. H.L., - 1984)

- العزوبة في الإسلام :

نهى الإسلام عن العزوبة ، وحث على الزواج ، والإكثار من النسل . فقد قال النبي ﷺ : « تناكحوا تناسلوا فإنني مباه بكم الأمم يوم القيامة » ، وكان عليه السلام القدوة في ذلك ، فكان إذا جاءه أحد من الناس سألهم فيه إذا كان متزوجاً أو لا ، ومن هؤلاء عكاف بن وداعه الباهلي ، فقد سألهم عليه السلام : « ألك زوجة ؟ » قال : لا . قال : ولا جارية ؟ . قال : لا . قال : وأنت صحيح موسر ؟ . قال نعم والحمد لله . فقال له رسول الله ﷺ : أنت إذن من أخوان الشياطين أو تكون من الرهبان النصاري ، فأنت منهم . وإما أن تكون منا ، فاصنع كما نصنع ، وإن من سنتنا النكاح ، شراركم عزابكم ، وأراذل موتاكم عزابكم ، ويحك ياعكاف تزوج . فقال عكاف : يا رسول الله لا أتزوج حتى تزوجني من شئت ، فقال الرسول ﷺ : فقد زوجتك على اسم الله (البركة بنت كلثوم الحميدي) .

رأي أصحاب رسول الله ﷺ والعلماء رضي الله عنهم في العزوبة :

لقد فهم صحابة رسول الله ﷺ تعاليم الدين الإسلامي تشريعاته فهماً عميقاً ، لذا كانوا ينفرون من البقاء عزاباً بدون زواج وذلك :

١ - تنفيذاً لأوامر الرسول ﷺ الذي كان دائماً يحثهم على الزواج وإكثار الأمة الإسلامية .

٢ - خوفاً على أنفسهم من الوقوع في الفتنة .

٣ - كراهية أن يلاقوا الله عز وجل وهم عزاباً .

فهذا عمر بن الخطاب رضي الله عنه يقول لأبي الزوايد « ما يمنعك النكاح إلا عجزاً أو فجوراً ، وكان عبدالله بن مسعود رضي الله عنه يقول : « لو لم يبق من عمري إلا عشرة أيام ، أحببت أن أتزوج ، حتى لا ألقى الله تعالى عزياً » .

(السيوطي - بدون تاريخ - ص ١٢)

وروى أن معاذ بن جبل ماتت له امرأتان في الطاعون ، وكان هو أيضاً مطعوناً . فقال : زوجوني ، فإني أكره أن ألقى الله تعالى عزياً » (شلبي - (١٣٩٧) - ص ٢٧)

وتزوج أحمد بن حنبل رضي الله عنه في اليوم الثاني من وفاة امرأته ، وقال أكره أن أبیت عزياً . وقد قيل لبشر رحمه الله تعالى في تركه النكاح ، قال : أنا مشغول بالفرض عن السنه ، ورؤي بعد وفاته في المنام ، فقيل له : ما فعل الله بك ؟ قال رفعت منازلتي في الجنة ، ولم أبلغ منازل المتاهلين . (السيوطي - بدون تاريخ - ص ١٣)

وبهذا ندرك مدى استجابة الصحابة والعلماء لنداء الرسول ﷺ وإرشاداته ، ونلاحظ في عصرنا الحالي ن إعراض الشباب والشابات في البلاد العربية عامة عن الزواج يرجع إلى غلاء المهور ، والتكاليف الباهظة للجهاز ، والخوف من أعباء المعيشة . وهذه الأسباب غير وجيهة ، لأن الإسلام لا يقر المغالاة في المهور ، وهو لم يكلف الزوجة

بشيء نظير مهرها ، إلا أن تلبي طلب زوجها ، إذا ما طلبها للدخول والانتقال إلى بيته .
فقد كان عليه السلام يحث على التيسير في المهور ، فيقول : « إن أعظم النكاح بركة ،
أيسره مؤنة » . (رواه أحمد)

ويروى أن رجلاً جاء إلى النبي ﷺ ، وقال : « إني تزوجت امرأة من الأنصار ، فقال
له : على كم تزوجتها ؟ قال : على أربع أوقيات . قال له الرسول ﷺ : على أربع أواق ،
كأنما تتحتون الفضة من عرق هذا الجبل » . (نيل الأوطار - بدون تاريخ - ج ٦ - ص ١٤٣)
ومن أسباب العزوبة أيضاً :

الخوف من أعباء المعيشة ، ولكن الأرزاق بيد الله تعالى . فقد قال النبي ﷺ :
ثلاثة حق على الله تعالى عونهم : المجاهد في سبيل الله ، والمكاتب الذي يريد الأداء ،
والناكح الذي يريد العفاف » . (رواه أحمد)

وأذا كان البعض يتخوف من الزواج حين يرى أن البعض معذبون في زيجاتهم ،
فليس يعنى هذا أن العيب في الزواج نفسه ، وإنما جاء فشل الزواج من سوء الاختيار
وإساءة إستعمال حقوق الزوجية ، ولو أن هؤلاء الأزواج أحسنوا الاختيار ، ثم عاشروا
زوجاتهم بالمعروف ، لما وُجد من يشكو من الزواج .

وأخيراً نرى جميع الشعوب البدائية والمتحضرة منها تدم العزوبة ، وقد بلغت
كراهيتهم لها أنهم كانوا ينظرون باحتقار للعازب ، وهذا الاحتقار إنما يسري على أفراد
الشعب . بينما المشرفون على المعابد من نساء ورجال لا بد أن يكونوا عزاباً ، ويحرمون
عليهم الزواج ، ونلاحظ أن الإسلام هو الوحيد بين الأديان الذي يحث على الزواج ، وندب
العزوبة ، ويعتبر الزواج من العبادة .

وكما ظهرت فكرة « الرهبانية » في النصارى ، ظهرت فكرة التبتل عند بعض
المسلمين . ومعنى التبتل : هو الانقطاع عن النساء ، وترك النكاح تفرغاً للعبادة . ولكن

الإسلام حارب هذه الظاهرة ، فقال عليه السلام :- « النكاح سنتي ، فمن أحب فطرتي ، فليستن بسنتي) . (تفسير القرطبي - بدون تاريخ - ج ٥ ، ص ٣٩١)

وروي « مسمر بن جندب » أن رسول الله ﷺ : « نهى عن التبطل » .

(ابن ماجه - ج ١ ، ص ٥٩٣)

الزواج :

تعريف الزواج :

هو صلة الرجل بالمرأة منذ بدء الخليقة ، بعقد شرعي معلن على الملأ وهو أهم مرحلة في حياة البشر ، لما فيه من مشاركة بين الزوجين ، لا تقتصر على الناحية الجسدية فحسب ، بل تتعداها إلى النواحي العائلية والاجتماعية والاقتصادية .

وعلاقة الرجل بالمرأة لم تكن عبر التاريخ محكومة بالعادات السائدة اليوم ، ولا بالمفهوم الأخلاقي ، والقانون المتبع ، بل كانت في عصور قديمة جداً أشبه بالعلاقة بين ذكور الحيوانات الثديية وإناثها ، ثم ارتقى الإنسان في درجات التقدم نحو الحضارة ببطء بتأثير الأديان التي عرفها ، حتى وصل إلى مرحلة متقدمة من الرقي ، فمن الله عليه فيها بالزواج . (لطفى - بدون تاريخ - ص ١١٧)

ويعرف « وستر مارك » « Wester Marck » الزواج بأنه : « العلاقة التي تربط رجلاً أو عدة رجال بامرأة ، أو عدة نساء ، بشرط أن تتفق وتقاليد الجماعة ، أو يؤيدها القانون . وتنطوي هذه العلاقة على حقوق وواجبات بالنسبة للطرفين وأولادهما » .

(ص ١٢ ، ١٩٢١ م ، « Eduard Wester Marck »)

وعلى هذا يعتبر الزواج عقد بين الرجل والمرأة غايته حل الاستمتاع ، وحفظ النوع البشري . ويشترط في هذه الرابطة لكي تكون زواجا أن تتم تبعاً للشروط التي تحددها العادة أو القانون ، مهما كان شكل هذه العادات ، أو هذه القوانين . والتي تتطلب موافقة

الطرفين نفسيهما ، أو موافقة الوالدين ، كما قد يجبر الزوج على إعطاء تعويض « مهر » لخطيبته أو لوالديها ، أو أن يدفع هؤلاء التعويض للزوج وأن يقام حفل خاص ، وأن يشهد الشهود بأن الزواج قد تم وفق ماتعارف عليه المجتمع . وإن أول هدف لقانون الزواج هو حماية الأخلاق ، فهو يحرم الزنى ، ويلزم النوع الانساني بشقيه «رجال ونساء» بأن يجعل علاقته القطرية تخضع لقانون يحفظ الأخلاق من التحلل ، ويحمي المجتمع من الفساد ، ويعرف الزواج قانوناً في معظم المجتمعات على أنه اتحاد بين طرفين من ذوي الجنسية الغيرية ، يشتركان فيه لخدمة أهدافهما الجنسية ، وأيضاً للعمل على تدعيم النسل الناتج . ومن الناحية النفسية لا يمكن أن نعرف الزواج السعيد ، لأنه كما أشار: فرويد « Freud » (١٩١٩م) ليس من الممكن فصل عناصره المكونة لتكوين توليفة من السلوك المتضمن ، بمعنى أن الأهداف الأصلية للزواج يتم إعلانها وربما كتبها أو كلاهما معاً . (إدريس - (١٩٨٧) - ص ٢١)

وفي قصة « أنا كارنينا » لاحظ « تولىستوي » أن الأسر السعيدة كلها متشابهة أما الأسر التعيسة فكل منها تكون تعيسة بطريقتها الخاصة ، ويمكننا أن نقبس هذا بالنسبة للزواج . ومن وجهة نظر المجتمع لاشك أن الزواج له قيمة عالية لذا لا تنتج أشياء مثل الحب الحر ، والزواج المؤقت وزواج التجربة ، ولا يكتب لها البقاء .

(Eidelbergil ., - 1968 , p . 230)

وقالت راوية دسوقي : يصف روبرت « Robert » الزواج بمعناه التقليدي على أنه وسيلة لتحقيق أغراض اجتماعية وتشخيصية يتوجه ارتباط قانوني واحتفال شعائري ، كما أنه إشباع رسمي لحق الشباب في الانفصال عن والديهم ، وإشباع حاجاتهم الجنسية ، وإنجاب الأطفال . وتربيتهم حفاظاً على الجماعة .

(وسترمارك - ص ٦٧ - ص ٥٨٩ - ١٩٧٨م)

أما محمد علي الضناوي في كتابه الزواج الإسلامي أمام التحديات ص ٢٤ ، فقد أورد أن غايات النظام الزوجي المنفرد كما يرى الدينون [وهم أصحاب الأديان السماوية] بأنه : (السبيل الوحيد لصيغة التفاهم بين المرأة والرجل ، ويشعر فيها كل منهما بقيمة وجوده ، وينفذان فيها معاً مشيئة إلهيه باستمرار النسل وتتابعه ، ويعيشان في سكون ومودة ورحمة) .

ويعرفه د . أحمد بدوي بأنه : « نظام اجتماعي يتضمن تعاقد ، يتخذ بمقتضاه شخصان أو أكثر من جنسين مختلفين في شكل زوج وزوجة أو زوجات ، لتكوين عائلة جديدة ، بحيث يعتبر الأولاد الذين يأتون نتيجة لهذه العلاقة أبناء شرعيين لكلا الطرفين (بدوي - (١٩٧١) - ص ٢٥٨)

ونكر هارلد وجونسون أن : « الزواج من النظم الاجتماعية الهامة ، فهو الوسيلة الشرعية لإقامة بناء الأسرة ، وعن طريقه تتحقق سلامة الأوضاع الاجتماعية ، وبقاء النوع وحفظه ، والسمو بالعلاقات بين المرأة والرجل إلى مستوى المشروعية التي تتفق مع القيم الإنسانية ، والتي يقرها المجتمع بالإضافة إلى اعتبار كل من نمطي الزواج والأسرة عالميان ، وليس هناك مجتمع معروف بدونهما ، إلا أن تفاصيل ممارستهما تختلف تبعاً للزمان والمكان والبيئة .

. ومن تعاريف الزواج الذي تؤيد هذا الرأي التعريف القائل :

- (الزواج نمط منظم من السلوك في المجتمع ، يختلف باختلاف الثقافات والحضارات) .

Mitche U. G . Dancan, Anew dictionary of sociology - p .

ويرى (رايس) وآخرون أن : « الزواج يهدف إلى إقامة أسرة ، والأسرة لاتقام من فراغ ، وإنما من التقاء رجل وامرأة من خلال مراسيم معين ، يقرها المجتمع ويرضاها (Mcgee Reece and others - 1980)

والزواج ضرورة بيولوجية واجتماعية ، وليس هناك مجتمع لايقوم بتنظيم العلاقة بين الرجل والمرأة ، فالزواج نظام عالمي يكفل وجود علاقة بين الرجل والمرأة .

(الساعاتي - (١٩٧٣) - ص ٧)

كما إن الزواج يعطي الشرعية للأطفال الذين تنجبهم المرأة ، فهو يؤكد المظهر الاجتماعي والشرعي للعلاقة بين الرجل والمرأة .

ويؤكد (مصطفى خشاب) على أن الزواج نظام عالمي ، فإنه ليس هناك شك في أن الزواج محور القرابة في الأسرة ، والواجبات المتبادلة بين أفرادها كل هذه الأمور وما إليها يحددها المجتمع ، ومن يخرج عليها يقابله المجتمع بقوة وعنف ، ويفرض عليه عقوبات رادعة تلزمه جادة الصواب .

(الخشاب (١٩٥٨) ص ٤٤ - ٤٥)

ونلمس أيضاً أن الزواج يكشف طبيعة الثقافة السائدة في المجتمع ، لأن الزواج وما يترتب عليه من علاقات أسرية يُعد تعبيراً عن الأوضاع الثقافية .

(المهني - بنون تاريخ - ص ٢)

أما الفقهاء الأربعة والذين أجمع المسلمون في جميع الدول الإسلامية على الأخذ بما جاء في كتبهم ، فقد اختلفت تعاريفهم للزواج في اللفظ ، ولكنها اتحدت في المعنى :

- فالشافعية يرون أنه : « العقد المتضمن ملك الوطء » .

- أما المالكية فعرفوه بأنه : « العقد على مجرد التلذذ بأدمية » .

- وعرفه الحنيفية بأنه : « العقد الذي يفيد ملك المتعة قصداً » .

- وقال الحنابلة : هو « عقد بلفظ النكاح أو تزويج على منفعة الاستمتاع »

(الجزيري - بنون تاريخ - ج ٤ - ص ٨)

ونرى أن تعريف الفقهاء للزواج يخلو من ذكر الحقوق التي للزوج والزوجة ،
وما عليهما من الواجبات التي أوجبها الإسلام على المرأة والرجل .

وعلى كل فالزواج نظام اجتماعي يتضمن عقد يبيح قيام علاقة بين ذكر وأنثى بالغين
عاقلين ، يعيشان في منزل واحد ، ولهما حقوق ، وعليهما واجبات شرعاً وعرفاً ،
ويسودهما المودة والمحبة والاكفة .

وحرصاً من الإسلام على حفظ مقومات إنسانية الفرد المسلم نكراً كان أو أنثى ،
فإنه دعا إلى الزواج وتكوين الأسرة ، التي تعمل على بناء المجتمع الإسلامي . قال تعالى
« ولقد أرسلنا رسلاً من قبلك وجعلنا لهم أزواجاً وذرية » (سورة الرعد ، آية ٣٨)
وقال تعالى ﴿ وانكحوا الأيامى منكم والصالحين من عبادكم وامائكم ﴾ .

(سورة النور ، آية ٣٢)

الطلاق :

الطلاق في اللغة : يدل على الإرسال ورفع القيد والمفارقة ، يقال : أطلق الأسير إذا
أرسله ، ورفع قيده . وطلق بلده : إذا فارقها ، وطلق زوجته : أي فارقها ، وحل
رباط الزوجية . (الفيروذي أبادي - ط ٢ - ١٩٨٧ م)

واستعمال لفظ الطلاق في مفارقة الزوجة : المقصود منه رفع القيد المعنوي ، كما
اختص استعمال لفظ الإطلاق بحل القيد الحسي . (محجوب - (١٩٨٢) - ص ٢٣٧)
أما في الاصطلاح : فله تعريفات عديدة تختلف في اللفظ وتتحد في المضمون
والمعنى منها :

بأن الطلاق في الاصطلاح الفقهي هو : « رفع قيد النكاح بلفظ مخصوص في
الحال أو المال يفيد صراحة أو كتابة ، أو بما يقوم مقام ذلك من الكتابة والإشارة .
(الشافعي - (١٩٨٧) - ص ٢)

شرعية الطلاق :

الطلاق مشروع من الكتاب والسنة والإجماع والمعقول فقد ورد في القرآن الكريم ذكر الطلاق في آيات كثيرة منها قوله تعالى : ﴿ يَأْيُهَا النَّبِي إِذَا طَلَقْتِ الْمَرْأَةَ فَطَلِّقُونِ لَعْدَتِهِنَّ ﴾ . (سورة الطلاق آية : ١)

وقال تعالى : ﴿ الطَّلَاقُ مَرَّتَانِ فَاِمْسَاكِ بِمَعْرُوفٍ أَوْ تَسْرِيحٍ بِإِحْسَانٍ ﴾ .

(سورة البقرة آية « ٢٢٩ »)

فهذه الآية صريحة في إباحتها الطلاق ، مرتين ولما سئل النبي ﷺ : [أين الثالثة ؟ فقال : أو تسريح بإحسان] . (تفسير ابن كثير - ج ١ - ص ٤٠٢)

وجاء في السنة النبوية أمثلة على ذلك فعلاً وقولاً ، فالنبي ﷺ طلق حفصة بنت عمر ابن الخطاب ، لا لريبة ولا كبير ، ثم راجعها .

وإحدى ابن عمر رضي الله عنهما عن رسول الله ﷺ : « أبغض الحلال إلى الله الطلاق » . (فيض القدير - ص ٧٩)

أما في الإجماع فقد جاء في المغني عن ابن قدامة - أجمع الناس على جواز الطلاق . (المغني لابن قدامة - بدون تاريخ - ج ٨ - ص ٢٣٣)

لهذا لم يخالف أحد في شرعيته ، لأن العقل يهدي إليه ، فهو المخرج الوحيد إذا استحکم الخلاف ، واستعصت الحلول ، واستحالت الحياة الزوجية إلى جحيم لا يطاق .
حكمة مشروعية الطلاق :

إن الزواج رابطة سامية ، والإسلام حريص على بقائها واستمرارها ، ولكن عندما تفقد أساسياتها من مودة ورحمة واحترام ، ويستحكم الخلاف بين الزوجين ، ولم توجد وساطة الحكمين إلى التئام ما بينهما ، فقد أباح الإسلام الطلاق ، ولكن ضمن ضوابط وهي :

١ - أن يكون للطلاق سبب قاهر وضرورة هامة مثل :

أ - أن تكون الزوجة مريضة مرضاً مزمناً أو معدياً أو منفراً .

ب - أن يكون أحد الزوجين عقيماً عقمًا استعصى علاجه .

ج - أن يكون أحد الزوجين شرس الطباع ، يلحق الأذى بالآخر بالقول أو بالفعل أو الكيد .

٢ - أن يتعرض أحد الزوجين لأذى الآخر في دينه أو في شخصه أو في بدنه ولم يرتدع عن فعل ذلك .

الوصف الشرعي للطلاق :

والمقصود بالوصف الشرعي للطلاق ، هو ما يوصف به الطلاق شرعاً من حيث كونه مطلوباً فعله أو تركه .

فإذا كان المطلوب فعله فيكون إما واجباً أو مندوباً أو مستحباً وأما إذا كان مطلوباً تركه فإما أن يكون حراماً أو مكروهاً .

وبما أن الطلاق تصرف من التصرفات التي يملكها الرجل في الغالب ، فإنه تسري عليه الأحكام الشرعية من حرمة وكراهة ونذوب ووجوب وإباحة .

الطلاق الواجب :

يكون الطلاق واجباً إذا كان لعيب يتعذر إصلاحه في أحد الزوجين أو في كليهما فقد لا يستطيع الزوج العدل بين زوجاته ، أو يكون عاجزاً عن ممارسته الحياة الزوجية ، أو لا يحسن معاملة زوجته لسوء خلقه أو لعيب فيه .

وكذلك إذا كانت الزوجة مريضة أو ساء سلوكها أو فيها عيوب أخرى .

فإذا وجد بعض هذه المشاكل بين الزوجين ، ودب الخلاف بينهما ، واستحكم

الشقاق ، وتعذر الإصلاح ففي هذه الحالة يكون الطلاق واجباً ، حتى لا يحيق الضرر بكلا الزوجين .

الطلاق المنسوب :

يكون الطلاق مندوباً إذا كان حدوثه أولى من تركه ، وذلك إذا كانت الزوجة هي السبب ، كأن تكون ذات لسان سليط ، يتأذى منها زوجها أو أهله أو الجيران قولاً وعملاً كما أنه يكون مستحباً في حال تفريط الزوجة في حقوق الله الواجبة عليها كالصلاة والصوم ويرى ابن قدامة « أن المرأة في هذه الحالة يجب طلاقها » .

الطلاق الحرام :

يكون الطلاق حراماً إذا كانت في الحيض ، أو في طهر جامعها فيه . فهذا عند الفقهاء يسمى بالطلاق البدعي ، وقد اتفقوا على تحريمه ، لأنه على خلاف السنة النبوية . ودليلهم على ذلك ماورد عن ابن عمر رضي الله عنهما : أنه طلق امرأته في الحيض ، فقال رسول الله ﷺ لعمر : « مر ابنك فليراجعها ، ثم ليتركها حتى تطهر ، ثم تحيض ، ثم تطهر ، ثم إن شاء أمسك بعد ، وإن شاء طلق ، قبل أن يمس » فتلك العدة التي أشار إليها الرسول عليه السلام ، وأمر بتطبيقها تنفيذاً لقوله تعالى : ﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا طَلَقْتُمُ النِّسَاءَ فَطَلِّقُوهُنَّ لِعَدَّتِهِنَّ . . . ﴾ .

والمقصود بالطلاق في العدة هو : « الطلاق الذي لامساس فيه » .

الطلاق المكروه :

يكون الطلاق مكروهاً إذا لم يكن هناك سبب أو عيب في أحد الزوجين يستدعي حدوث الطلاق وليس هناك حاجة تدعو إليه ، ولا ضرورة تقتضيه .

الطلاق المباح : وهذا عند الحاجة إليه ، كسوء خلق الزوجة وسوء عشرتها والتضرر منها . (فيض الله - بدون تاريخ - ص ٨)

الفصل الثالث

الدراسات السابقة

- دراسات عربية على الأفكار العقلانية وغير العقلانية .
 - دراسات اجنبية على الأفكار العقلانية وغير العقلانية .
 - التحليق على الدراسات السابقة .
 - فروض الدراسة .
-
-

« الدراسات السابقة »

لا يوجد دراسات سابقة تدور حول الأفكار العقلانية وغير العقلانية وعلاقتها باستمرار الحياة الزوجية فهي على حسب علم الباحث أول دراسة حول هذا الموضوع وإنما هناك دراسات لمعرفة انتشار هذه الأفكار العقلانية وغير العقلانية في بعض المجتمعات ، وفعالية العلاج العقلاني وغير العقلاني في خفض قلق الاختبار ، وعلاج الخلافات الزوجية .

والذي وجدته الباحث كان عبارة عن دراسات سابقة تدور حول الزواج والطلاق وتأخر الزواج ، وقد استخدمت منها مايتلائم مع سير البحث ، ومن ذلك :

- دراسات عربية .

- دراسات اجنبية .

دراسات عربية :

في دراسة الشيخ (١٩٨٥) « عن الأفكار غير العقلانية لدى الأمريكيين والأردنيين والمصريين دراسة عبر ثقافية في ضوء نظرية (أليس) للعلاج العقلاني الانفعالي فقد توصل إلى أن :

١ - الجنس ليس له تأثير على الأفكار غير العقلانية .

٢ - وجود أثر لعامل الثقافة على الأفكار غير العقلانية إلى أن الأفكار غير العقلانية تتأثر بعامل الثقافة .

٣ - أوضحت أن الأردنيين أكثر قبولاً للأفكار غير العقلانية عن الأمريكيين ، وأن الأمريكيين أكثر عقلانية من الأردنيين في ضوء تبنيهم أفكار « أليس » غير العقلانية مما يوضح تأثير العوامل الثقافية وأساليب التنشئة الاجتماعية .

٤ - وكذلك بالنسبة للمصريين نلاحظ أنهم أكثر قبولاً للأفكار غير العقلانية من الأمريكيين ، بمعنى أن الأمريكيين أكثر عقلانية من المصريين ، من حيث تبنيهم أفكار « أليس » غير العقلانية ويرجع ذلك إلى تأثير العوامل الثقافية وأساليب التنشئة الاجتماعية التي يتعرض لها كل من الطالب الأمريكي والطالب المصري ،

وكما نجد أن المصريين أكثر عقلانية من الأردنيين وذلك من حيث تبنيهم لأفكار « أليس » غير العقلانية ، ويرجع ذلك أيضا إلى تأثير العوامل الثقافية .

وقد ذكر في نفس هذه الدراسة دراسات تثبت صدق نظرية « أليس » في العلاج العقلاني الانفعالي ، حيث أوضحت دراسة « إبراهيم علي إبراهيم » (١٩٨٥) فاعلية العلاج العقلاني الانفعالي في توافق الحياة الزوجية .

ودراسة « عبد اللطيف يوسف عمارة ١٩٨٥م » والتي أثبتت فاعلية العلاج العقلاني في علاج الأفكار الخرافية لدى طلاب الجامعة .

وفي دراسة (للطيب والشيخ ١٩٨٧) وجد أن :

- النسب المثوية لجميع أفراد العينة من الذكور والإناث معاً ، ممن يتبنون أفكار غير عقلانية تتراوح ما بين (٥,٥ ٪) في حدها الأدنى ، وهي الفكرة رقم (١٣) والتي تقول : (لاشك أن مكانة الرجل هي الأهم فيما يتعلق بعلاقته مع المرأة) وهذه النسبة كانت لدى عينة الإناث ، وهي نسبة ضعيفة مما يوضح رفض الإناث لهذه الفكرة ، وهذا أمر منطقي بالنسبة للأنثى التي حققت درجة كبيرة من المكاسب الاجتماعية ، ولذلك بدا من الواضح أن ترفض فكرة العودة مرة أخرى لسيطرة الرجل .

- أما الحد الأعلى فتمثل في الفكرة رقم (١٠) ، حيث كانت تسبقها (٤٠,٥ ٪) إذ وافق عليها (٨١) من إجمالي عدد الإناث ، وهي نسبة كبيرة ، وهذه الفكرة مضمونها ينبغي أن ينزعج الفرد ويحزن لما يصيب الآخرين من مشكلات واضطرابات وبالنظر إلى محتوى الفكرة نجد أنها تشكل درجة مرتفعة من المشاركة الوجدانية .

- وقد ارتفعت نسبة الذكور عن الإناث في الأفكار (٢ ، ٤ ، ٩ ، ١٣) وجميعها مرتبطة بمعايير المجتمع الريفى داخل المجتمع المصري ، وخاصة أن عينة البحث من طلاب كلية التربية بالفيوم وأهم ما يميز هذا المجتمع إن معايير المجتمع القبلى والريفى

ما زالت متأصلة فيه ، وربما انعكس ذلك على مجموعة الأفكار التي يتبناها الذكور ، وهذا ما يؤكد « أليس » نفسه صاحب نظرية العلاج العقلاني ، حين يؤكد أن هذه الأفكار غير العقلانية تروى دعائماً في مراحل الطفولة أثناء عملية التنشئة الاجتماعية .

- أما بالنسبة للأفكار التي ميزت الإناث من الذكور ، فكانت الأفكار التالية (١-٥-٧-١٠-١١-١٢) ، وبالنظر إلى محتوى هذه الأفكار نجد أن أساليب التنشئة الاجتماعية في البيئة المصرية قد أصلت في الأنثى المصرية هذه الأفكار بالإضافة إلى طبيعة الأنثى العاطفية .

- أما الأفكار ذات الأرقام (٢-٦-٨) فتساوى الذكور فيها مع الإناث في الاعتقاد بهذه الأفكار ، والأفكار الثلاثة السابقة من الأفكار التي يؤمن بها كثير من المصريين سواء ذكراً أو إناثاً وبالذات الفكرة رقم (٢) - (٨) ، حيث يجب على الفرد أن يعمل ويبذل أقصى طاقته ، ومهما بذل من طاقات فلا بد من وجود شخص أقوى منه سواء في المركز الاجتماعي أو الأدبي أو المادي ، لكي يستطيع الفرد أن يحقق نتيجة لإنجازاته ، ويتمثل ذلك جلياً في فكرة (الوساطة) السائدة في المجتمع المصري .

- وأما من ناحية أثر كل من عاملي الجنس والتخصص الأكاديمي في التفكير غير العقلاني فقد وجد أن :

- أن الأفكار غير العقلانية بصفة عامة لا تتأثر بمتغير الجنس في المجتمع المصري .

- كما أن متغير التخصص لم يكن له تأثير دال على تبني الأفكار غير العقلانية ، مما يدل على أن هذه الأفكار تكون متأصلة في البناء المعرفي للفرد منذ الطفولة ، وبالتالي فليس للتخصص الأكاديمي أي تأثير عليها .

× وكذلك تبين عدم وجود تفاعل بين التخصص الأكاديمي ونوع الجنس .

وفي دراسة سليمان الريحاني (١٩٨٥) يهدف تطوير اختبار الأفكار العقلانية وغير العقلانية والتي أجريت على مجموعتين مجموعة العصائيين ومجموعة الأسوياء .

فقد اتضح أن أبرز الأبعاد التي ساهمت اكبر مساهمة في التمييز بين الأسوياء والعصائيين ، هي الأبعاد ذات الأرقام (٩-٨-٧-٣-٢-١) على الترتيب ، أما بقية الأبعاد ، فقد كان إسهامها في التمييز بين المجموعتين قليلاً نسبياً .

- كما أن جميع متوسطات العصائيين على جميع أبعاد الاختبار أعلى منها عند الأسوياء .

ويدعم هذه الدراسة ما قام به الريحاني من دراسة عن الأفكار غير العقلانية عند الأردنيين والأمريكيين (١٩٨٧) دراسة عبر ثقافية لنظرية (أليس) في العلاج العقلاني والانفعالي ، وكان الهدف منها :

- التعرف على الأفكار غير العقلانية عند الأردنيين والأمريكيين ، ومدى انتشارها بينهم .

- التعرف على أثر كل من الثقافة والجنس في التفكير غير العقلاني .

- بالإضافة إلى التعرف على الأفكار والمعتقدات غير العقلانية ، التي تميز الأردنيين عن

الأمريكيين باعتبار أنهم يمثلون ثقافتين مختلفتين . وقد توصل إلى النتائج التالية :

- إن النسب المئوية لجميع أفراد العينة الأردنية ممن يعتبرون غير عقلانيين ، والذين

عبروا عن قبولهم لكل من الأفكار غير العقلانية تتراوح ما بين (٥٪) في الحد

الأدنى ، وذلك بالنسبة للفكرة رقم (٨) ، ووصلت النسبة المئوية (٤٠٪) في الحد

الأعلى للفكرة غير العقلانية رقم (١١) .

- أما أفراد العينة الأمريكيين ممن اعتبروا غير عقلانيين ، فقد تراوحت ما بين (٢,٥٪)

بالنسبة للفكرة رقم (٧) في حدها الأدنى ، أما النسبة المئوية (٢٢٪) في حدها الأعلى بالنسبة للفكرة غير العقلانية رقم (٢) .

- أما بالنسبة لعامل الثقافة والجنس فقد توصل إلى فروق ذات دلالة إحصائية بمستوى تراوح ما بين (٠,٠١) و (٠,٠٠٠١) ، وكانت متوسطات درجات الأردنيين أعلى من مستوى درجات الأمريكيين على تسع من الأفكار ، وهي (٢- ٤- ٥- ٦- ٧- ٨- ١٠- ١١- ١٢- ١٣) . كما أن متوسط درجات الأمريكيين على الفكرة رقم (٨) أعلى من متوسط الأردنيين .

- أما بالنسبة لكل من الأفكار غير العقلانية الثلاث الباقية ، وهي (١- ٢- ٩) فلم تظهر وجود أثر لعامل الثقافة ، أو الجنس ، أو التفاعل بينهما على أي منها .

وجد سليمان الريحاني (١٩٨٧م) أثناء ملاحظاته الإكلينيكية في مركز الإرشاد النفسي في الجامعة الأردنية العديد من الطلبة المترددين على مركز الإرشاد النفسي بشأن مشكلاتهم التكيفية بأنهم يتبنون أفكاراً ومعتقدات غير عقلانية متطرفة ترتبط بما يواجهون من صعوبات ومشكلات انفعالية وتكيفية .

ومن بين تلك الأفكار والمعتقدات عند الطالب أنه يجب أن يكون مقبولاً ومحبوباً من كل المحيطين به وأنه يجب أن يصل إلى حد الكمال فيما يقوم به من أعمال وأن عليه أن ينجز في المستوى المثالي الذي يتوقعه منه والده والآخرين وأن خبرات الماضي وأحداثه هي التي تقرر مستقبله وأنه ليس قادراً على التأثير في المستقبل كما يؤمن بأنه لا يمكن أن يقبل نتائج أعمال تأتي على غير مايتوقع ولا فإن حياته تصبح لاقيمة لها وأنه هو بذاته عديم الفائدة والقيمة .

في بحث (للشيخ) (١٩٨٦م) ، عن أثر كلاً من العلاج العقلاني الانفعالي والتحصين المنهجي في تخفيف قلق الامتحان وجد :

- عند مقارنة الأساليب العلاجية المستخدمة في البحث بعضها البعض الآخر بالنسبة لمدى تأثيرها في خفض بُعد الانزعاج ، أشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) بين مجموعة العلاج العقلاني الانفعالي ، ومجموعة العلاج بالتحصين المنهجي ، لصالح مجموعة العلاج العقلاني الانفعالي وهذا يدل على أن العلاج العقلاني الانفعالي أفضل من العلاج بالتحصين المنهجي في خفض مستوى بعد الانزعاج لدى أفراد العينة الكلية .

- وبالنسبة لمقارنة نتائج الأساليب العلاجية في البحث بعضها البعض الآخر من حيث تأثيرها في خفض مستوى بُعد الانزعاج لدى مجموعات الذكور ، تشير النتائج إلى وجود فروق دالة عند مستوى (٠.٠٥) بين مجموعة العلاج العقلاني الانفعالي ، ومجموعة العلاج بالتحصين المنهجي لصالح مجموعة العلاج العقلاني الانفعالي أفضل من العلاج بالتحصين المنهجي في خفض بُعد الانزعاج لدى الإناث .

- أما بالنسبة للبعد الثاني للقلق وهو (الانفعالية) فقد أشارت النتائج إلى أن العلاج بالتحصين المنهجي أفضل من العلاج العقلاني الانفعالي في خفض مستوى بُعد الانفعالية لدى أفراد العينة الكلية ، ولدى مجموعات كل من الذكور والإناث .

وفي دراسته قام بها عدنان فرح (١٩٨٧م) وزملائه تهدف إلى تقصي العلاقة بين الأفكار العقلانية وغير العقلانية من ناحيه ، وقلق الاختبار من ناحية أخرى لدى طلبة الثانوية العامة (التوجيهي) في مدينة (إربد) حيث وجد أن هناك :

١ - علاقة دالة إحصائياً بين انتشار الأفكار غير العقلانية لدى المفحوصين ودرجاتهم على قلق الاختبار ، فهي تتفق مع النمط السائد في نتائج العديد من الدراسات

في هذا الميدان كدراسة دانداتو وداينر (Dendato and diener 1986) ودراسة باوتن وتوسي (Boutin and Tosi, 1983) ودراسة بروش وزملائه (Bnuch, Juster and Kalowitz, 1983) كما تأتي هذه النتيجة لتضيف دعماً للتفسير النظري الذي يقدمه ألبرت أليس (Ellis, 1977) لأسباب الاضطرابات النفسية، إذ يرى أن المسلمات الخاطئة والمعتقدات غير العقلانية تكمن وراء العديد من هذه الاضطرابات.

ويمكن أن تعزى هذه النتيجة للأهمية العظيمة التي يعلقها المجتمع على نتيجة الطالب في امتحان الثانوية (التوجيهي)، لأنها تشكل نقطة تحول في حياة الفرد، وكذلك الظروف الأسرية والتربوية والاجتماعية التي تسود امتحان الشهادة الثانوية، فهذا كله يشكل ضغوطاً نفسية على الطالب، مما يخلق حالة من الاضطرابات في تقييم الطلبة للامتحان، وفي أسلوب التفكير لديهم، مما يهيء الفرصة لتكوين الكثير من الأفكار غير العقلانية المتعلقة بالامتحان.

٢ - كما أظهرت النتائج إن الإناث أكثر قلقاً للاختبار من الذكور، فقد يرجع ذلك للأهمية التي يحتلها امتحان الشهادة الثانوية العامة في تحديد دور ومكانة المرأة، وتهيئة فرص المساواة مع الرجل، وتحسين مستقبلها التعليمي والمهني والأسري.

٣ - وكذلك أظهرت النتائج أن طلبة التخصص الأدبي أكثر قلقاً من طلبة التخصصين الآخرين العلمي والمهني، فقد يعود ذلك إلى الانخفاض المستمر في نتائج الفرع الأدبي بالمقارنة مع نتائج الفروع الأخرى (بالنسبة للمجتمع الأردني).

دراسات أجنبية:

قدم بيرجر «Berger» ١٩٧٤م في دراسة حول طلبة الجامعة تحليلاً لما أسماه بتحقيق الذات غير العقلاني «Irrational self Devaluation» عند الطلبة المراجعين لمركز الإرشاد حيث أكد في تحليله على وجود أفكار غير عقلانية عندهم ترتبط بالكمال والسلبية والجمود تظهر على شكل اعتقاد بأن الأمور يجب أن تتم بصورة معينة أو أن لا

تكون وهو ما أسماه : « Either or the inking »

وفي دراسة أخرى أكد بيرجر « Berger » ١٩٨٢م على أن العناصر الأساسية في تحقيق الذات عند طلبة الجامعة ، ترتبط بمعتقدات غير عقلانية تظهر عندهم على شكل توقعات مطلقة مبالغه من الفرد أو الآخرين وعلى شكل اعتقاد بأن الأمور يجب أن تكون بصورة معينة ، بالإضافة إلى مبالغت غير عقلانية سلبية نحو الذات .

ووجد سميث « Smith » (١٩٨٢م) ارتباطاً دالاً إحصائياً بين درجات عينة من طلبة الجامعة على كل من اختبار هارتمان للمعتقدات غير العقلانية ، واختبار « جونز » للمعتقدات غير العقلانية ، ومن جهة درجاتهم على كل من قائمة « موني » لمشكلات ومقياس « بيرجر » لقبول الذات وبين التفكير غير العقلاني وسوء التكيف .

ويحدد بيرجر (١٩٨٢م) مجموعة الأفكار والمعتقدات غير العقلانية التي يعتبرها مهمة

في مشكلات الجامعيين وتتلخص في الآتي :-

- ١ - الكفاءة المطلقة دون مراعاة للإمكانات والقدرات .
- ٢ - المعرفة الأكاديمية الشاملة وغير المحدودة .
- ٣ - النجاح المطلق ، ويجب على الطالب أن ينجح دائماً ولامجال للفشل .
- ٤ - المعرفة المهنية الشاملة غير المحدودة .

وبين التفكير غير العقلاني وسوء التكيف . (Scale Berger self Acceptance)

- كما أكدت نتائج « لوهر » « Lohr » (١٩٨٢م) العلاقة بين التفكير غير العقلاني

كما يقيسه اختبار « جونز » للمعتقدات غير العقلانية (I B T) وبين تدني مستوى تقدير الذات وضعف ثقة الفرد بنفسه .

التعليق على الدراسات السابقة

- إن الدراسات العربية والأجنبية التي أجريت حول انتشار الأفكار غير العقلانية تدل على أن هذه الأفكار غير العقلانية تلعب دوراً كبيراً في حياة الفرد ، ولها تأثير على

مجريات حياته ، فنلاحظ أن هذه الأفكار غير العقلانية يتبناها كثير من الأفراد في بعض البلاد العربية التي أجرى فيها اختبار الأفكار العقلانية وغير العقلانية مثل مصر والأردن .

- إن لها دوراً كبيراً في حدوث القلق النفسي ، وهذا ما أثبتته دراسة عدنان فرح .
 - إن لها علاقة بنظرة الفرد إلى ذاته ، حيث تكون نظره لذاته سلبية فيميل إلى عدم تقدير ذاته وتحقيرها ، بالإضافة إلى ضعف ثقته بنفسه ، وهذا ما أثبتته دراسة الريحاني « و دالي » من أن هناك علاقة بين الأفكار غير العقلانية وسوء التكيف للفرد وهذا ما لاحظته أيضاً الباحثة من النتائج التي توصلت لها هذه الدراسة ، فقد وجدت أن الأفكار غير العقلانية تبناها أغلبية أفراد العينة ، وإن كانت المطلقات نسبتهما بينهما أكثر من بقية أفراد العينة بالإضافة إلى الدراسات الأخرى التي تتعلق بالزواج من ناحية التوافق الزوجي ، والاشباع والرضا والصحة النفسية ، وكذلك الدراسات عن الطلاق ، فنلاحظ أنها تنطبق مع نتائج الدراسة .

فروض الدراسة :

- ١ - توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المطلقات والمتزوجات في الأفكار غير العقلانية .
- ٢ - توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المطلقات والمتزوجات في الأفكار العقلانية .
- ٣ - توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتزوجات وغير المتزوجات في الأفكار غير العقلانية .

- ٤ - توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الأصغر والأكبر سناً في تبني الأفكار العقلانية وغير العقلانية .

- ٥ - توجد علاقة بين مدة الزواج وبين الأفكار غير العقلانية والأفكار العقلانية .

الفصل الرابع

اجراءات البحث

- منهج الدراسة .
- مجتمع الدراسة .
- عينة الدراسة .
- جمع المعلومات .
- أدوات الدراسة .
- الخطوات التي اتخذتها الباحثة في اجراء البحث .
- التحليل الإحصائي للدراسة .

إجراءات البحث

منهج الدراسة :

تم استخدام المنهج الوصفي السببي المقارن لتحقيق أهداف هذه الدراسة ، والتأكد من صحة الفروض ، والإجابة على تساؤلات البحث .

مجتمع الدراسة :

جرت هذه الدراسة على طالبات من جامعة أم القرى بمكة المكرمة من مختلف المستويات .

عينة الدراسة :

لقد تم اختيار عينة الدراسة من طالبات جامعة أم القرى في مختلف المستويات الدراسية بطريقه عشوائيه ومن غير المتزوجات - المتزوجات - المطلقات في مرحلة البكالوريوس ، وتم اجراء الاختبار عليهن خلال الفصل الأول ١٤١٥ هـ .

حيث بلغ مجموع العينة (٤٠١) طالبة ، وزعن في الجدول رقم (أ) على النحو التالي :

« جدول (أ) يوضح توزيع أفراد العينة »

رقم المجموعة	الفئة	عدد الأفراد
١ -	غير المتزوجات	١٥٠
٢ -	المتزوجات	١٥٠
٣ -	المطلقات	١٠١
المجموع		٤٠١

جمع المعلومات:

لقد تم جمع المعلومات عن طريق تطبيق اختبار الأفكار العقلانية وغير العقلانية .

الأدوات المستخدمة في البحث : قامت الباحثة باستخدام :

- اختبار الأفكار العقلانية وغير العقلانية - إعداد الدكتور سليمان الريحاني (انظر الملحق رقم «٢») .

وهذا الاختبار وضعه الريحاني (١٩٨٥م) حيث يعتمد في أساسه النظري على نظرية ألبرت آيس للأفكار العقلانية وغير العقلانية التي وضعها والتي كانت كالآتي :

١ - من الضروري أن يكون الشخص محبوباً أو مقبولاً من كل فرد من أفراد بيئته المحلية .

٢ - يجب أن يكون الفرد فعالاً ومنجزاً بشكل يتصف بالكمال ، حتى تكون له قيمته .

٣ - بعض الناس سيئون وشريريون ، وعلى درجة عالية من الخسة ، والندالة ، لذا يجب أن يلاموا ويعاقبوا .

٤ - إنه من المصيبة القادمة أن تأتي الأمور على غير مايتمنى الفرد .

٥ - قد تنشأ تعاسة المرء عن ظروف خارجية ، لا يستطيع السيطرة عليها أو التحكم فيها

٦ - الأشياء المخيفة أو الخطرة تستدعي الاهتمام الكبير والتفكير الدائم بها ، وبالتالي فإن احتمال حدوثها يشغل الفرد بشكل دائم .

٧ - من الأسهل أن نتجنب بعض الصعوبات والمسئوليات بدلاً من أن نواجهها .

٨ - يجب أن يكون الشخص معتمداً على الآخرين ، يجب أن يكون هناك من هو أقوى منه لكي يعتمد عليه .

٩ - إن الخبرات والأحداث الماضية تقرر السلوك الحاضر ، إن تأثير الماضي لا يمكن تجاهله أو محوه .

- ١٠- ينبغي أن ينزعج الفرد أو يحزن لما يصيب الآخرين من مشكلات واضطرابات .
- ١١- هناك دائما حل مثالي وصحيح لكل مشكلة ، وهذا الحل لابد من إيجاده ، وإلا فالنتيجة تكون مفاجئة .

أما ما يتعلق بالأفكار الإضافية على ماسبق ذكره فقد اقترح الريحاني بعض الأفكار ، التي تجمعت حول فكرتين أساسيتين اعتبرت كل منها في حد ذاتها غير عقلانية وشائعة في المجتمع العربي ، وقد صيغت هاتان الفكرتان على النحو التالي :

١ - ينبغي أن يتسم الشخص بالرسمية والجدية في تعامله مع الآخرين ، حتى تكون له قيمة أو مكانة محترمة بين الناس .

٢ - لاشك أن مكانة الرجل هي الأهم فيما يتعلق بعلاقته مع المرأة .

وقد قام الريحاني وطلابه بتحليل العبارات التي اقترحت من قبل المحكمين ، والتي اعتبرت مناسبة لهاتين الفكرتين ، فتوصل إلى ست فقرات لكل منهما ، ثم أعيدت هذه الفقرات إلى نفس المحكمين لتقرير مدى صدق كل منها في قياس الفكرة ، التي وضعت لقياسها ، وقد أبقى الريحاني على أربع فقرات لكل من هاتين الفكرتين ، بحيث تتفق اثنتان مع الفكرة في اتجاه إيجابي (+) ، واثنان تختلفان معها في اتجاه سلبي (-) .

وعلى ذلك يتكون الاختبار من (١٢) ، فكرة فرعية يتمثل كل منها في أربع فقرات ، نصفها إيجابي يتفق مع الفكرة ، ونصفها سلبي يختلف معها . فمثلا فقرات الفكرة رقم (١) ، فإن الفقرات السلبية لها هي (٢٧ - ٤٠) ، أما الفقرات الإيجابية ، والتي تتفق مع الفكرة الأساسية الفقرات رقم : (١ - ١٤) وهكذا وقد تم توزيع فقرات الاختبار بترتيب معين يضمن تباعاً الفقرات رقم (١ - ١٤ - ٢٧ - ٤٠) .

والفكرة الثانية تقيسها الفقرات رقم : (٢ - ١٥ - ٢٨ - ٤١) .

والفكرة الثالثة تقيسها الفقرات رقم : (٣ - ١٦ - ٢٩ - ٤٢) . وهكذا

لبقية الفقرات .

أما الإجابة عن فقرات الاختبار فهي إما بنعم ، وذلك حين يوافق المفحوص على العبارة ، وتقبلها . وإما (بلا) ، وذلك حين لا يوافق على العبارة أو يرفضها وقد أعطيت القيمة (٢) للإجابة التي تدل على قبول المفحوص للفكرة التي تقيسها العبارة . والقيمة (١) للإجابة التي تدل على رفض المفحوص لتلك الفكرة . فإذا أجاب المفحوص بنعم على عبارة معينة ، تتفق مع الفكرة غير العقلانية ، التي تقيسها تعطي القيمة (٢) عن هذه العبارة ، وهي قيمة تعبر عن تفكير لاعقلاني . وإذا كانت الإجابة (بلا) تعطي القيمة (١) ، وهي قيمة تعبر عن تفكير عقلاني .

وإذا كانت الإجابة (نعم) على كل عبارة تختلف مع الفكرة غير العقلانية ، التي تقيسها ، تعطي القيمة (٢) ، وهي قيمة تعبر عن تفكير غير عقلاني ، وبذلك تكون الدرجة الدنيا التي يمكن أن يحصل عليها المفحوص على كل بعد من أبعاد الاختبار الثلاثة عشر هي (٤) درجات ، وهي قيمة تعبر عن درجة عالية من التفكير العقلاني والمنطقي ، أما حين الرفض لتلك الفكرة غير العقلانية فتكون الدرجة العليا هي (٨) ، وهي قيمة تعبر عن درجة عالية من التفكير غير العقلاني ، أما إذا تم قبول تلك الفكرة غير العقلانية ، فتكون الدرجات التي يمكن الحصول عليها لكل مفحوص هي (١٢) درجة فرعية ، ودرجة أخرى كلية هي مجموع العلامات الثلاث عشرة التي يحصل عليها المفحوص على أبعاد الاختبار وبذلك تتراوح الدرجة الكلية على الاختبار ما بين (٥٢) درجة في الحد الأدنى ، وهي بذلك تعبر عن رفض المفحوص لجميع الأفكار غير العقلانية التي يمثلها الاختبار . أما إذا كان على درجة عالية من التفكير العقلاني فتتراوح الدرجة الكلية ما بين (١٠٤) في حدها الأعلى ، وهي بذلك تعبر عن قبول المفحوص لجميع الأفكار غير العقلانية التي يمثلها الاختبار ويكون على درجة عالية من التفكير غير العقلاني . وقد أعدت كل من ورقة الإجابة ومفتاح التصحيح الخاصين بالاختبار على هذا الأساس .

صدق الاختبار :

قام سليمان الريحاني عند تطويره للاختبار (١٩٧٨م) بقياس صدق الاختبار ، واستخدم طريقة الصدق المنطقي للاختبار ، حيث بلغت نسبة الاتفاق بين المحكمين (٩٠٪) ، وذلك على صدق العبارات في قياس البعد الذي وضعت لقياسه ، كما يتمتع الاختبار بدلالات صدق تجريبية ، ظهرت في قدرة الاختبار على التمييز بين العصبيين والأسوياء . فقد دل تحليل التباين على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بمستوى (٠٠٠١٪) بين متوسط درجات العصبيين ، ومتوسط درجات الأسوياء على الدرجة الكلية للاختبار .

كذلك دلت نتائج التحليل التمييزي على أن جميع أبعاد الاختبار تتمتع بقدرة على التمييز بين الأسوياء والعصبيين ، حيث تراوحت قيم (ف) لمعادلات التمييز بين (٣,٩٤ - ١١٧,٢٠) بمستويات دلالة إحصائية تراوحت ما بين (٠,٠٥ - ٠,٠٠٠١٪) وكذلك فإن نتائج التحليل العاملي لأبعاد الاختبار قد أضافت دليلاً آخر للصدق ، هو الصدق العاملي ، الذي ظهر في معاملات ارتباط ذات دلالة إحصائية بين معظم أبعاد عوامل فسرت معظم تباين أجزاء الاختبار . كذلك نجد أن سليمان الريحاني عندما أراد تطبيق الاختبار على أفراد العينة الأمريكية فقد ترجم فقرات الاختبار مستعيناً بالمختصين في اللغة الإنجليزية ، ثم قام بعرض فقرات الاختبار على مجموعة من (١٤) طالباً من طلبة الدكتوراه في الإرشاد النفسي بجامعة كارولينا الشمالية ، ممن درسوا نظرية (ألبرت أليس) ، وذلك بغرض التأكد من وضوح البنود . وبلغت نسبة الاتفاق بينهم (٩٠٪) ، وهي النسبة التي اعتبرت معياراً مناسباً للصدق المنطقي للاختبار في صورته العربية .

كذلك قام (الشيخ) من جامعة القاهرة عام (١٩٨٦م) بإعادة صدق المقياس وثباته على عينه من المجتمع المصري وجد أن الفكرتين اللتين وضعهما الريحاني تتلاءمان مع المجتمع المصري فقد استخدم أيضاً طريقة الصدق المنطقي حيث عرضت بنود الاختبار على خمسة من أساتذة علم النفس في الجامعات المصرية ، للحكم على بنود المقياس على أساس ملاحة البنود التي يتضمنها المقياس للأفكار غير العقلانية ، التي طرحها (ألبرت أليس) ، وكذلك ملاحة صياغة البنود للبيئة المصرية ، وقد بلغت نسبة الاتفاق بين المحكمين (٨٠ ٪) كذلك قام الباحث بعرض بنود المقياس على مجموعة من طلاب الجامعة في مرحلة البكالوريوس والليسانس ، وعددهم (١٠) من الطلبة والطالبات ، وبلغت نسبة الاتفاق بينهم (٩٠ ٪) .

ثبات الاختبار :

بالنسبة للثبات فقد تراوحت معاملات الثبات للدرجات الفرعية التي تم الحصول عليها بطريقة إعادة الاختبار ما بين (٤٥ ٪) ، ومتوسط قدرة (٧٠ ٪) ، وبالنسبة لحساب معامل الثبات على أساس الدرجة الكلية للاختبار فقد وصل معامل الثبات إلى (٠,٨٥) ، كذلك استخدم طريقة حساب الثبات على طريقة الاتساق الداخلي للاختبار ، وبلغت قيم معاملات الثبات لأبعاد الاختبار الثلاثة عشر ما بين (٠,٥٤) ، (٠,٩١) ، ومتوسط قدرة (٠,٧٩) ، أما معامل الثبات المحسوب على أساس الدرجة الكلية فكان (٠,٩٢) .

(الريحاني ١٩٨٥م - ص ٧٧ - ٥٩)

وبالنسبة لحساب الثبات على العينة المصرية فقد بلغ معامل الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني (٠,٩١) ، وذلك بفواصل زمنية أسبوعي بين التطبيقين ، وبالنسبة للدرجة الكلية للاختبار ، وعلى عينة من طلبة وطالبات الجامعة .

وقامت الباحثة بتطبيق اختبار الأفكار العقلانية وغير العقلانية الذي أعده الدكتور

سليمان الريحاني على عينة مكونة من (٦٠) طالبة من طالبات جامعة أم القرى ، لمعرفة مدى انتشار تلك الأفكار والمعتقدات بينهن كدراسة استطلاعية مبدئية .

الخطوات التي اتخذتها الباحثة في إجراء البحث

بعد ان تم الاتفاق مع المشرفه على موضوع الدراسة واختيار اختبار الأفكار العقلانية وغير العقلانية كمقياس لإجراء الدراسة ، تم الاتصال بالدكتور سليمان الريحاني في الجامعة الأردنية كلية التربية قسم علم النفس .

وقد أرسل لنا صورة من اختبار الأفكار العقلانية وغير العقلانية مع ورقة الاجابة (انظر ملحق رقم ٢) .

ونظراً لما لاحظته من تعليقات المفحوصات عن وجود صعوبة في الإجابة على اسئلة الاختبار ، بإعتبارها منفصلة عنها وان ذلك يأخذ وقتاً أطول كما أنه ليس لديهم وقتاً لهذه الإجابة ويكفي إن الاسئلة كثير .

لهذا عمدت إلى تعديل تصميم الاختبار ، بحيث اصبحت الإجابة بنعم أو لا أمام السؤال (انظر الملحق رقم ٢) .

بالاضافة إلى إعداد استماره للمعلومات العامه لكل مفحوصة والحقت بالاختبار (انظر ملحق رقم ١) .

وقد افادتنا هذه المعلومات في معرفة علاقه بين العمر الزمني وتبنى الأفكار العقلانية وغير العقلانية وكذلك معرفة العلاقة بين مدة الزواج وبين تبني الأفكار العقلانية وغير العقلانية .

أما الخطوات التي اتخذتها الباحثة فهي :

- بعد أن تمت الموافقة على إجراء الاختبار ومعرفة مواعيد المحاضرات جرى توزيع

الاختبار على الطالبات في القاعات الدراسية وتم شرح طريقة الاجابة على اسئلة الاختبار والهدف منه .

- التاكيد عليهن بعدم أخذ اوراق الاختبار إلى منازلهن وقد حددت لهن وقتاً معيناً لاستعادة الاسئلة منهن .

- البقاء مع المفحوصات للاجابة على أي استفسار منهن حول الاختبار .

وبعد استكمال جمع البيانات تم افرغها وقد استخدم الحاسوب في عملية التحليل الاحصائي ، ثم افرغت النتائج في الجداول وتم التعليق عليها .

التحليل الإحصائي :

قامت الباحثة باستخدام الأسلوب الإحصائي المناسب والذي تمثل في :

١ - حساب المتوسطات والانحراف المعياري .

٢ - حساب التكرارات والنسب المئوية .

٣ - اختبار « ت » .

الفصل الخامس

عرض النتائج وتفسيرها

- تحليل النتائج وتفسيرها .
- مناقشة النتائج وعلاقتها بالدراسات السابقة .
- التحليق على النتائج وتفسيرها .
- نموذج مقترح في الإرشاد الزواجي .
- التوصيات .

عرض نتائج الدراسة وتفسيرها

تحليل النتائج وتفسيرها :

تحددت مشكلة البحث في خمس فروض وللتحقق من صحة هذه الفروض قامت الباحثة باستخدام اختبار (T-Test) لمعرفة دلالة الفروق بين المتوسطات وذلك بالنسبة لغير المتزوجات والمتزوجات والمطلقات في معرفة علاقة الأفكار العقلانية وغير العقلانية في استمرار الحياة الزوجية أو فشلها وحساب المتوسطات والانحرافات المعيارية وذلك عن طريق الحاسب الآلي باستخدام الحزمة الإحصائية (SPSS) .

ينص الفرض الأول :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المطلقات والمتزوجات في الأفكار غير العقلانية .

جدول رقم « ١ »

يوضح دلالة فروق المتوسطات بين المتزوجات والمطلقات في الأفكار غير العقلانية .

المتغير	المتزوجات = ١٥٠		المطلقات = ١٠١		مستوى	
	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة « ت »	الدلالة
الأفكار غير العقلانية	١٩,٠٦	٢,٧٩	٢٠,٥١	١,٨٩	٤,٥٧	٠,٠٠١

ويتضح من الجدول رقم (١)

وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٠١) لصالح المطلقات إذ بلغ : متوسط اعتناق المطلقات للأفكار غير العقلانية (٢٠,٥١) بانحراف معياري (١,٨٩) ، بينما بلغ متوسط اعتناق المتزوجات للأفكار غير العقلانية (١٩,٠٦)

بانحراف معياري (٢,٧٩) . وهذا يؤكد صحة الفرض الأول للبحث بأنه يوجد فروق بين المتزوجات والمطلقات في اعتناق الأفكار غير العقلانية فهي دالة لصالح المطلقات : أي إن المطلقات كن أكثر تبنيًا للأفكار غير العقلانية وتأكيداً لهذا الاتجاه فقد وجدت فروق دالة بين المتزوجات والمطلقات في الأفكار غير العقلانية لصالح المتزوجات .

الفرض الثاني للبحث :

جدول رقم « ٢ »

يوضح دلالة فروق المتوسطات بين المتزوجات والمطلقات في الأفكار العقلانية :

المتغير المقاس	المتزوجات = ١٥٠		المطلقات = ١٠١		قيمة « ت »	مستوى الدلالة
	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري		
الأفكار العقلانية .	٢٠,٤٠	٢,٨٤	٢١,٥٦	١,٨٩	٣,٥٩	٠,٠٠١

ويتضح من الجدول رقم (٢) :

وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى (٠,٠٠١) لصالح المطلقات إذ بلغ : متوسط تبني المطلقات للأفكار العقلانية (٢١,٥٦) بانحراف معياري (١,٨٩) . بلغ متوسط تبني المتزوجات للأفكار العقلانية (٢٠,٤٠) بانحراف معياري (٢,٨٤) . وهذا يؤكد صحة الفرض الثاني للبحث ، بأنه توجد فروق ذات دلالة بين المطلقات والمتزوجات في الأفكار العقلانية .

الفرض الثالث :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتزوجات وغير المتزوجات في الأفكار غير العقلانية .

جول رقم « ٢ »

يوضح دلالة فروق المتوسطات بين المتزوجات وغير المتزوجات في الأفكار غير العقلانية .

المتغير	المتزوجات = ١٥٠		غير المتزوجات = ١٥٠		قيمة « ت »	مستوى الدلالة
	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري		
الأفكار غير العقلانية .	١٩,٦	٢,٧٩	١٧,٣٩	٢,٦٩	٥,٢٦	٠,٠٠١

ويتضح من الجدول رقم (٣)

وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى (٠,٠٠١) لصالح المتزوجات إذ بلغ : متوسط تبني المتزوجات للأفكار غير العقلانية (١٩,٦) بانحراف معياري (٢,٧٩) . بينما بلغ متوسط تبني غير المتزوجات للأفكار غير العقلانية (١٧,٣٩) بانحراف معياري (٢,٦٩) وهذا يؤكد صحة الفرض الثالث للبحث ، بأنه توجد فروق ذات دلالة بين المتزوجات وغير المتزوجات في الأفكار غير العقلانية لصالح المتزوجات . وربما يكون هذا هو السبب في أن هؤلاء المتزوجات تعلمن التفاني والتضحية في الحياة الزوجية ، الشيء الذي لم يتعلمنه غير المتزوجات بعد والمطلع على مفردات الأفكار غير العقلانية قد يوافق على هذا الرأي .

الغرض الرابع للبحث :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الأصغر والأكبر سناً في تبني الأفكار العقلانية وغير العقلانية .

جدول رقم « ٤ »

يوضح فروق متوسطات العمر بين الأصغر والأكبر سناً من عينة الدراسة
في تبني الأفكار غير العقلانية والأفكار العقلانية .

العنصر	أقل من ٢٢ سنة ن = ١٨٤		أكبر من ٢٢ سنة ن = ١٠٣		قيمة « ت »	مستوى الدلالة
	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري		
الأفكار غير العقلانية	٢٣,٧١	٣,٠١	٢٢,٧٤	٢,٦٠	٣,٤٤	٠,٠٠١
الأفكار العقلانية	٢١,٨٩	٢,٦٦	٢١,٣٤	٢,٥٨	٢,١٠	٠,٠٣

ويتضح من الجدول رقم (٤) :

وجود فروق ذات دلالة احصائية عند المستوى (٠,٠٣) لصالح الأصغر سناً في تبني الأفكار العقلانية . إذ بلغ : متوسط تبني الأفكار العقلانية (٢١,٨٩) بانحراف معياري (٢,٦٦) وكذلك بالنسبة للأفكار غير العقلانية ، فهناك فروق ذات دلالة احصائية عند المستوى (٠,٠٠١) لصالح الأصغر سناً ، إذ بلغ متوسط تبني الأفكار غير العقلانية (٢٣,٧١) بانحراف معياري (٣,٠١) ونلاحظ أن الأفكار العقلانية دالة لصالح الأصغر سناً . وكذلك بالنسبة للأفكار غير العقلانية .

الغرض الخاص للبحث :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين من كان زواجهن لمدة (٣ سنوات) فأقل وبين من كانت مدة زواجهن أطول من ذلك في كل من الأفكار غير العقلانية والعقلانية .

جدول رقم « ٥ »

يوضح فروق متوسطات مدة الزواج بين من كانت مدة زواجهن (٣ سنوات) فأقل ، وبين من مدة زواجهن أطول من ذلك في كل من الأفكار غير العقلانية والأفكار العقلانية .

العنصر	٣ سنوات فأقل ن = ٢٨		أكثر من ٣ سنوات ن = ١٢٣		قيمة « ت »	مستوى الدلالة
	متوسط	الانحراف المعياري	متوسط	الانحراف المعياري		
الأفكار غير العقلانية .	٣٢,٣٠	٢,٦١	٣٢,٣٩	٢,٥٢	٥,٢٩	٠,٧٧
الأفكار العقلانية .	٣٠,٨٢	٢,٤١	٣١,٤٤	٢,٦٧	١,٩٥	٠,٠٥

ويتضح من الجدول رقم (٥) :

وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى (٠,٠٥) لصالح مدة الزواج الأطول في تبني الأفكار العقلانية . إذ بلغ : متوسط تبني الأفكار العقلانية (٣١,٤٤) بانحراف معياري (٢,٦٧) . بينما بالنسبة للأفكار غير العقلانية فهي غير دالة إحصائياً ، إذ بلغ متوسط (٣٢,٣٩) وبانحراف معياري (٢,٥٢) . دالة لصالح مدة الزواج الأطول .

مناقشة النتائج وعلاقتها بالدراسات السابقة

الجدول رقم (٦)

يوضح التكرارات والنسب المئوية لعبارات الفكرة رقم (١)

أرقام العبارات		غير المتزوجات = ١٥٠		المتزوجات = ١٥٠		المطلقات = ١٠١	
		نعم		لا		نعم	
		تكرار	النسبة	تكرار	النسبة	تكرار	النسبة
العبرة رقم (١)		١٠٣	٪٦٨,٧	٤٧	٪٣١,٣	٣١	٪٣٠,٧
العبرة رقم (١٤)		١٤١	٪٩٤,٠	٩	٪٦,٠	١١	٪١٠,٩
العبرة رقم (٢٧)		١١٥	٪٧٦,٧	٣٥	٪٢٣,٣	٢٥	٪٢٤,٨
العبرة رقم (٤٠)		٧٧	٪٥١,٣	٧٣	٪٤٨,٧	٢٧	٪٢٦,٧

الفكرة رقم (١) :-

« من الضروري أن يكون الشخص محبوباً أو مقبولاً من كل فرد من أفراد بيئته المحليه وهذه الفكرة توضحها العبارات رقم (١ - ١٤ - ٢٧ - ٤٠) ويوضحها الجدول رقم (٦) .
ومنه يتضح لنا : -

أن المتزوجات يتقبلن العبارة رقم (١) ويأتين في المرتبة الأولى بنسبة (٪٨٠) ، ثم المطلقات بنسبة (٪ ٦٩,٣) ، ثم المتزوجات بنسبة (٪ ٦٨,٧) .

أن الفرق بين غير المتزوجات والمطلقات ضئيل إذ بلغ نسبته (٪٦) وقد تبنت الزوجات هذه العبارة بإقتناعهن بأن الحياه الزوجيه قائمة على رضاهن وحرصهن على راحة أفراد أسرهن ، وأما بالنسبة لغير المتزوجات فربما ترجع أراؤهن لصغر سنهن وأنهن لم يخضن بعد تجربة الزواج ، لذا لا يقدرن معنى التضحية في سبيل الأسرة ، بالنسبة للمطلقات فقد تكون أراؤهن جاءت كذلك متأثرة بعامل الطلاق الذي عانين منه .

فقد أثبتت تلك الدراسة الميدانية التي قامت بها مهى العيتاني ، حيث ذكرت إحدى المطلقات بأنها لا تستطيع التضحية في سبيل راحة رجل أثنائي لا تهمة غير راحته .

هذه العبارة غير العقلانية رقم (١٤) بلغت نسبة قبول غير المتزوجات لها (٪٩٤) ثم تليها المتزوجات بنسبة (٪ ٩٠,٧) ثم المطلقات بنسبة (٪ ٨٩,١) .

ويلاحظ أن نسبة غير المتزوجات والمتزوجات مرتفعة ، مما يدل على أن تعاملهن مع غيرهن يقوم على أساس من المجاملة وحسن الخلق لثقتهم بأن للصفات الأخلاقية أهميه كبرى في علاقة الإنسان بالآخرين وتعكس سلوكاً طيباً على الشخص .

بينما إنخفض قبولها نسبياً بين المطلقات ، فهذا يدل على عدم فهمهن لأنفسهن في علاقاتهن بغيرهن من الناس ولقد بينت دراسة وليام هال (W.Hall) (١٩٧٦) م أن هناك علاقة موجبة وعالية ، بين تحقيق الذات والذات الواقعيه والذات المثالية والأخلاق وبين التوافق الزوجي .

ونرى نسبة المتزوجات وغير المتزوجات قد تساوت في الإجابة على العبارة رقم (٢٧) ، بينما إنخفضت نسبة المطلقات فبلغت (٧٥ , ٢ %) فعلى الرغم من أن العبارة رقم (٤٠) جاءت معقولة إلا انه لايمكن تطبيقها بحذافيرها في الحياه الزوجيه فلا بد من المرونه حتى يتم التوافق الزوجي .

ويظهر هذا ما طبقته المتزوجات في حياتهن الزوجية فكان سبباً في إستمرار هذه الحياه ، لذا بلغت النسبة لقبول العبارة لدى المتزوجات (٦٧ , ٣ %) ، بينما إرتفعت النسبة لدى المطلقات فبلغت (٧٣ , ٣ %) ، أما غير المتزوجات فقد تراوحت إجاباتهن بين الرفض والقبول ، حيث بلغ قبولهن (٥١ , ٢ %) ربما ترجع هذه النسبة لغير المتزوجات إلى أنهم لم يمارسن الحياه الزوجية بعد ويجهلن ما يترتب عليها من إختلاط ، سره بأخرى لها طابعها الخاص بها .

* أن إرتفاع نسبة قبول المتزوجات للعبارة الأولى يرجع إلى تمسك المرأة بزوجها وأولادها وهناك كثير من النساء اللاتي يضحين براحتهن وصحتهن في سبيل أفراد أسرهن لأنهن يعتبرن أفراد أسرهن شريان حياتهن الذي لا يستغنين عنه فهن يتمتعن بقدرة على البذل والعطاء ولا يكتفين بالأخذ فقط سواء كان ذلك مع أزواجهن أو أولادهن أو مع أي شخص يتعاملن معه سواء إتفقن معه في الرأي أو الإتجاه أو الأفكار أو إختلفن فهن في كل هذا يسهمن في خدمه الإنسانيه عامه فكيف إن كانت التضحيه من أجل الزوج والأولاد ، وخصوصاً إذا كانت هناك نقاط إلتقاء وتفاهم بينهما وبين أزواجهن فقد أثبتت دراسة تجريبية قامت بها (أنطوانيت دانيال ١٩٦٦ م) أن نقاط الإلتقاء بين الزوجين تحدد مدى توافقهن في التشابه والتكامل معاً كما يؤدي التفاعل بين الزوجين إلى التغلب التدريجي على المعوقات والوصول إلى المزيد من نقط الإلتقاء ، وهذا لا يكون إلا بالنصيحة في سبيل أفراد الأسرة ، يحتاج بالتالي إلى كفاءة في أداء الدور الاسري من الزوج والزوجة .

كما أن علاقة الفرد بغيره من الناس ترتبط بمدى مفهوم الفرد عن نفسه في علاقته بهم فقد يرى في نفسه شخصاً مرغوباً فيه ، أو أنه مهم وأن قيمه وإتجاهاته من الأسباب التي تجعل الآخرين ينظرون إليه بتوجس أو بعدم ثقة أو حذر أو ينظر إليه بعين الإحترام مما يؤثر أبلغ التأثير في نظرة الفرد لنفسه لأن صورة كل فرد يكونها عن ذاته في الغالب تكون لديه من خلال نظرة الآخرين إليه .

كما ان إرضاء جميع الناس غاية لاتدرك حقيقة لان هذا يرجع إلى الطبيعه الإنسانية ولكن يستطيع الفرد أن يكتسب خبرة من خلال تعامله مع الآخرين ، وبذلك يوسع من إدراكه للعالم الإنساني الذي يوجد حوله وبذلك يستطيع تكييف نفسه فاعتقد أن فهم المتزوجات لهذا الأمر يؤدي إلى إستمرار حياتهن الزوجيه بعكس المطلقات اللاتي لا يستطعن أن يظهرن ما يدل على فهمهن للآخرين أو أنهن قد يفهمهن الآخرين ولكن إدراكاً لمشاعرهن وسلوكهن وموقفهن هذا الذي يتميز بالأنانية والإهتمام بالذات يجعلهن في موقف غير إجتماعي وما يتبع ذلك من المشاعر السيئة والسلوك المضطرب .

وهذا يؤكد دراسة ج - روزايشكمان - عن الصحة النفسية والتكامل الزوجي في حالات الزواج الحديث والتي من نتائجها : -

« إن الأعراض السيكو سوماتيه ترتبط سلبياً بالتكامل الزوجي وإيجابياً بنتائج التعارض الزوجي) .
ونلاحظ رفض غير المتزوجات للعبارة القائلة : (أفضل التمسك بأفكاري ورغباتي الشخصية حتى وإن كانت سبباً في رفض الآخرين لي) وقد إقتربت من نصف المجموعه فقد بلغت نسبة الرفض (٤٨,٧ ٪) ثم المتزوجات فقد بلغت نسبة رفضهن (٢٢,٧ ٪) ربما ترجع هذه النسبة عند غير المتزوجات إلى أنهن لم يمارسن الحياه الزوجيه وما يترتب عليها من إحتكاك الأسره بغيرها من الأسر التي لها طابعها الخاص بها بينما إرتفعت نسبة قبول المطلقات لهذه العبارة .

وهكذا يتضح بعد كل ما سبق ذكره : -

* أن الحياه الزوجية في حاجة إلى كثير من التنازلات ولكن ليس على حساب إلغاء شخصية الفرد لأن الحياه الزوجيه قائمه على الإحترام والتعاون والتعايش السلمي وعلى الأخذ والعطاء ، فالتشدد والتعصب للأفكار والرغبات الشخصية يؤدي إلى التفاعل السلبي بين أفراد العائلة وبالتالي يؤدي إلى التفكك المعنوي بينهم ومن ثم إلى التفكك المادي .

وعلى الرغم من أن العبارة السابقة كانت عبارة معقولة إلا أنه لا يمكن أن تطبق بحذافيرها في الحياه الزوجية لذلك لابد من المرونة حتى يتم التوافق الزوجي ، ويظهر أن ما طبقته المتزوجات في حياتهن الزوجية كان سبباً في إستمرار هذه الحياه .

الجدول رقم (٧)

يوضح التكرارات والنسب المئوية لعبارات الفكرة رقم (٢)

أرقام العبارات		غير المتزوجات = ١٥٠		المتزوجات = ١٥٠		المطلقات = ١٠١	
		نعم		لا		نعم	
		تكرار	النسبة	تكرار	النسبة	تكرار	النسبة
العبارة رقم (٢)		٢٩	٪٨٦,٠	٢١	٪١٤,٠	٩٦	٪٩٥,٠
العبارة رقم (١٥)		٩٥	٪٦٣,٢	٥٥	٪٣٦,٧	٦٩	٪٦٨,٣
العبارة رقم (٢٨)		٧٢	٪٤٨,٠	٧٨	٪٥٢,٠	٧٨	٪٧٧,٢
العبارة رقم (٤١)		١١٩	٪٧٩,٣	٣١	٪٢٠,٧	٨٨	٪٨٧,١

الفكرة رقم (٢) :-

« يجب أن يكون الفرد فعالاً ومنجزاً بشكل يتصف بالكمال ، حتى تكون له قيمة .

توضحها العبارات رقم (٢ - ١٥ - ٢٨ - ٤١) ويوضحها الجدول رقم (٧) ومنه يتضح لنا :-

ان المطلقات كن أكثر تبنيًا لهذه العبارة حيث بلغت قبول النسبة لديهن (٩٥ ٪) ثم غير المتزوجات بنسبة (٨٦ ٪) وأخيراً المتزوجات بنسبة (٨٢ ٪) .

إن إنتشار هذه العبارة غير العقلانية لدى المطلقات أكثر من المتزوجات وغير المتزوجات يعود ذلك إلى عدم فهمهن حدود إمكانيتهن وقدراتهن .

ونلاحظ نسبة قبول العبارة رقم (١٥) العقلانية متقاربة بين المتزوجات والمطلقات فقد بلغ نسبة قبولها لدى المتزوجات (٦٧,٣ ٪) بينما بلغ نسبة المطلقات (٦٨,٣ ٪) .

بينما بلغت نسبة الرفض لدى غير المتزوجات (٣٦,٧ ٪) بتكرار (٥٥) ويبدو أنهن أكثر واقعية من المتزوجات والمطلقات .

*ونجد أن العبارة رقم (٢٨) غير العقلانية هي أكثر إنتشاراً بين المطلقات بنسبة (٧٧,٢ ٪) بينما

نلاحظ إنخفاض هذه النسبة لدى المتزوجات حيث وصلت نسبة القبول لديهن إلى (٥٤,١ ٪) بينما بلغت نسبة قبول غير المتزوجات لها (٤٨ ٪) ، وقد إرتفع رفض هذه العبارة عند المتزوجات بنسبة (٥٢ ٪) وعند المتزوجات بنسبة (٤٦ ٪) .

في العبارة رقم (٤١) غير عقلانية نجد أنها أكثر إنتشاراً بين المطلقات حيث بلغت نسبة القبول لديهن (٨٧,١ ٪) ثم تليهن المتزوجات بنسبة (٨٥,٣ ٪) ، ثم غير المتزوجات (٧٩,٣) . ويتضح مما سبق ذكره : -

* أن العبارة غير العقلانية القائلة أن الشخص لابد أن يحقق أهدافه بأقصى ما يستطيع من الكمال ، نجدها أكثر إنتشاراً لدى المطلقات من المتزوجات وغير المتزوجات وقد يرجع ذلك إلى عدم فهمهن ومعرفتهن الكاملة بأنفسهن لأن الإنسان يضع أمام نفسه أهدافاً يسعى لتحقيقها ، وحتى وإن كانت تبدو بعيدة المنال ، فالتكيف الكامل ليس معناه تحقيق الكمال ، بل إنه يعني بذل الجهد والعمل المستمر في سبيل تحقيق هذه الأهداف ، ولكن عندما تكون الأهداف بعيدة كل البعد عن الواقع أو تكون أقل من قدرات المرء أو فكرته عن نفسه فهذا يدل على أنه شخص غير سوى .

كما نلاحظ أن النسب جاءت متقاربة بين المتزوجات والمطلقات في كون الفرد ترتبط قيمته بمقدار ما ينجز من أعمال إن لم تتصف بالكمال بينما انخفضت النسبة لدى غير المتزوجات وفي رأي أن قيام الفرد بأعماله في حدود قدراته وإمكانياته يعتبر من أهم معالم الصحة النفسية لأن العمل له صلة وثيقة بالأهداف التي يضعها الإنسان لحياته وهو بهذا يكتسب قوة ويطمئن لمستقبله حتى وإن لم يصل إلى الكمال في أعماله ، وإنما يكفيه شعوره بأنه يؤدي أعماله بصورة تميل إلى الإتزان النفسي إذ كثيراً ما يكون الكسل والخمول دليلاً على شخصيه هدمتها الصراعات النفسية وقضى الكبت على حيويتها .

وقد أثبتت دراسة أقاري Avari (١٩٧٦) بوجود علاقة بين تحقيق الذات والعلاقات الزوجية الناجحة ، حيث وجد أن هناك كثيراً ممن يحققون نواتهم بدرجة عالية من خلال الزواج بينما نجد إنخفاض نسبة قبول المتزوجات وغير المتزوجات للعبارة التي ترى (أن على المرء أن ينجز أعماله مهما كانت الظروف وأن تتصف بالكمال) في حين إرتفعت نسبة المطلقات في قبولها هذا يعود إلى تقدير الإنسان لنفسه لابد أن يكون مبنياً على معرفه النفس معرفه وإقعية أمينة فالشخص الأمين مع نفسه لا يفتر بقدراته وإمكانياته ، ولا يقلل من قيمتها في نفس الوقت فالشخص الناضج هو الذي تدرب منذ سنواته الأولى على مواجهة الحقائق بواقعية سواء كانت عن نفسه أو عن قدراته أو ظروفه أو المحيط الذي يعيش فيه حتى وإن كانت هذه الحقائق مؤلمة من أجل ذلك كان على الإنسان أن يقوم بالأعمال التي تسمح له قدراته وإمكانياته بتحقيقها ، أما إذا كان لا يعرفها حق المعرفة فإنه سيعجز عنها وبالتالي فإنه سترتب على ذلك سوء توافقه مع نفسه ومع غيره لهذا نرى أن هذه العبارة غير العقلانية أكثر إنتشاراً بين المطلقات وقد دلت دراسة عبدالمعطي ١٩٩٣ م على أن الفروق في صالح الأزواج المتوافقين زواجياً في تقدير الذات وكذلك خليل (١٩٩٠م) فقد أوضحت دراسته على أن هناك علاقة موجبه بين مفهوم الذات بأبعادها المختلفة والتوافق الزوجي بأبعاده المختلفة أيضاً .

كذلك نلاحظ إرتفاع قبول المطلقات للعبارة غير العقلانية ، التي ترى أن الوصول للكمال في العمل لا يقلل من قيمه الفرد بينما انخفضت لدى المتزوجات وغير المتزوجات بفرق هو (٤٪) .

إن سعي الفرد للقيام بأعماله بأقصى ما يمكن من الكمال شيء جميل ، ولكن المشكله في كيفية القيام بهذه الأعمال دون أن تطغى على غيرها من الأعمال الهامه التي يجب على الفرد أن يضعها في أولوياته ففي الحياه الزوجية هناك أمور أولية لابد أن تضعها الزوجة في إعتبارها ألا وهي توفير الراحة والسعادة لزوجها وأولادها ولكن نلاحظ أن كثيراً من الزوجات يهملن ذلك ، ويضعن تنظيف المنزل وإهتمامها الزائد برعاية أطفالها في المرتبة الأولى بحيث تطغى أمومتها على أنوثتها ، وإن كان ذلك ضرورياً ولكن ضمن حدود وقد أثبتت الدراسات أن ذلك كان سبباً في فشل كثير من الزوجات .

فقد ذكر زيدان على لسان أحد المطلقين بأن الزوجة تهمل نفسها وتفرق نفسها في شئون المنزل والأولاد فعندما يعود إلى المنزل يجدها غير مهتمه بملبسها أو نظافتها وتفوح منها رائحة العرق والمطبخ فتصدمه هذه الحقيقه .

الجدول رقم (٨)

يوضح التكرارات والنسب المئوية لعبارات الفكرة رقم (٣)

أرقام العبارات		غير المتزوجات = ١٥٠		المتزوجات = ١٥٠		المطلقات = ١٠١	
		نعم		لا		نعم	
		تكرار	النسبة	تكرار	النسبة	تكرار	النسبة
العبارة رقم (٣)		١٢٠	٨٠,٠٪	٣٠	٢٠,٠٪	١٢٨	٨٥,٣٪
العبارة رقم (١٦)		١٣٠	٨٦,٧٪	٢٠	١٣,٣٪	١٢١	٨٠,٧٪
العبارة رقم (٢٩)		١٢٣	٨٢,٠٪	٢٧	١٨,٠٪	١٢٣	٨٢,٠٪
العبارة رقم (٤٢)		١٢٣	٨٢,٠٪	٢٧	١٨,٠٪	١١٥	٧٦,٧٪

الفكرة رقم (٣) :-

« بعض الناس سيئون وشريريون وعلى درجه عاليه من الخسة والنذالة ولذا يجب أن يلاموا ويعاقبوا »

والجدول رقم (٨) يوضح العبارات رقم (٣ - ١٦ - ٢٩ - ٤٢) و التي توضح :-

* أن المطلقات هن أكثر تقبلاً للعبارة رقم (٣) إذا بلغت نسبتهن (٨٧,١٪) ثم المتزوجات حيث بلغت النسبة لديهن (٨٥,٢) ثم غير المتزوجات (٨٠,٠) .

وإن قبول المطلقات لهذه العبارة يدل على تفضيلهن السعي وراء إصلاح المسيئين بدلاً من عقابهم ، وربما ينبع ذلك من رغبتهن في تغيير واقعهن إلى الأفضل .

* ونلاحظ ارتفاع نسبة المطلقات في تقبل العبارة العقلانية رقم (١٦) إلى (٨٨,١ ٪) ، تليهن في ذلك غير المتزوجات بنسبة (٨٦,٧ ٪) بينما كانت نسبة المتزوجات (٨٠,٧ ٪) .
ونلاحظ أن العبارة رقم (٤٢) غير العقلانية أكثر إنتشاراً بين المطلقات حيث بلغت النسبة لديهن (٩٣,١ ٪) ثم تليهن غير المتزوجات بنسبة (٨٢,٢ ٪) .

بينما نجد الانخفاض النسبي لهذه العبارة بين المتزوجات حيث وصلت النسبة إلى (٧٦,٧ ٪) وإن ارتفاع هذه النسبة بين المطلقات يدل على أنهن يتسمن بعدم القدرة على حسن المعاملة ويملن إلى القسوة ، بعكس المتزوجات حيث إنخفضت النسبة لديهن ، فالحياء الزوجيه تحتاج دائماً لشعرة معاوية ، وحصل المطلقات على نسبة (٩٠,١ ٪) بينما تساوت بين المتزوجات وغير المتزوجات (٨٢,٢ ٪) .

وإن ارتفاع نسبة قبول المطلقات لهذه العبارة يدل على عدم الثقة بالنفس ، وبالتالي عدم ثقتهن بالآخرين وعدم الشعور بالأمن ويتضح مما سبق : -

لا بد أن تكون نظرتنا للآخرين من خلال تعاملنا معهم على أنهم مزيج من الشر والخير ، فلا يوجد إنسان كله خير ولا إنسان هو شر خالص وإنما النفس البشرية تعتمل فيها مشاعر هي مزيج من الإثنتين وهذا ما تميل إليه المتزوجات وغير المتزوجات ، أما المطلقات فقد إجتمع أراؤهن على أن الناس مجبولون على الشر والخسة والنذالة ، وأن من الواجب الإبتعاد عنهم وإحتقارهم ودل ذلك على ارتفاع نسبة قبولهن للعبارة غير العقلانية القائلة بأن الناس مجبولون على الشر والخسة والنذالة ... وقد بلغت النسبة في ذلك (٩٠,١ ٪) وليس معنى هذا أن سلوكهم موجهاً ضد غيرهم ولكن لا بد أن ندرك إن أنماطهم السيئة جزء من نضالهم في سبيل البقاء وتحقيق ما يريدون فلا يجب أن نتجنبهم بإعتبارهم سيئين وأشرار بل يجب تغييرهم في حين علينا أن نتجنب الإحتكاك بهم فهو لا يحاول دفع الآخرين عن التخلي عن سلوكهم السيئ وإنما بعمله هذا يدفعهم إلى الإستمرار في سلوكهم السيئ فالفرد الذي يتميز بالهرب من علاقه لأخرى هو في الحقيقة شخص غير سوى ، ويؤكد ذلك ارتفاع نسبة قبول العبارة غير العقلانية لدى المطلقات اللاتي يرين أنه لا بد من لوم وعقاب من يؤذي الآخرين أو يسئ إليهم في مقابل إنخفاض هذه النسبة لدى المتزوجات في قبول هذه العبارة بينما جاء ترتيب غير المتزوجات بين الإثنتين لقلّة خبراتهن بالحياه .

وإذا كان البعض يرى ان اللوم والعقاب هو علاج الناس السيئين أو الشريرين ، إلا أن اللوم والشكوى المستمرة أمراً يزعج الأزواج واعتقد ان اللوم ليس فقط مصدراً للطاقة ومصدراً للإزعاج فقط ، إنما هو تشبث بالتجارب الماضية فكثير من الناس لا يستطيعون الإبتعاد عنه وفي رأي أن من يلجأ إلى هذا السلوك يهتم بالإبقاء على قوته

المسيطرة على الآخرين ، فعندما يخطئ أحد فإنه يقف له بالمرصاد ، وتستولي عليه فكره هذا الشخص الآخر لا يستطيع أن يفعل أحسن مما فعل بأي طريقة من الطرق وهذا كثيرًا ما يؤدي إلى دمار البيوت بينما إذا كان لوم الآخرين بطريق غير مباشر أو عن طريق الإيحاء إلى فعل شيء محدد فإنه قد يؤثر فيهم من ناحية معينة من نواحي الحياة وفي كثير من الأحيان تتجح هذه الطريقة في تعديل السلوك وتغيير الاتجاهات والإهتمامات لدى كثير من الناس .

لذا نجد في كثير من الزيجات المتوافقة أنه يحدث التغيير دون أن يدرك أي من الزوجين سبب شيئاً من هذا التغيير لأن الثقة المتبادلة والزمالة النامية بينهما ، جعلت كل منهما يتبع سبيل اللوم غير المباشر وكل هذه العوامل مجتمعة تعمل المستحيل ، وقد أوضحت نتائج دراسة مارجريت أمادين (١٩٨١ م) أنه لا يوجد علاقة بين اللوم والسيطرة والإشباع الزوجي .

ونلاحظ إنخفاض نسبة غير المتزوجات في قبول العبارة القائلة : أنه لابد من إصلاح السيئين بدلاً من عقابهم وقد يعود ذلك إلى إنشغالهن بدراستهن واحتكاكهن بزميلات الدراسة يكون أكثر من بقية الناس فهن يقضين معظم الوقت مع بعضهن سواء في الجامعة أو في أحاديثهن عبر الهاتف في منازلهن فكل واحدة منهن تكون غالباً حريصة على إحترام مشاعر الأخريات ونلاحظ أن نسبة قبول هذه العبارة إرتفعت لدى المتزوجات والمطلقات وربما يعود ذلك إلى وجود الزوج والأطفال بالإضافة إلى الأهل والأقارب فهن يتعرضن أحياناً إلى بعض الإنتقادات وسوء الفهم ممن يحيط بهن .

وهنا يظهر الفرق بين أمراءه وأخرى في مواجهة هذه الأمور ويرجع هذا للعوامل والظروف التي واجهتها في حياتها الماضية والتي تعيشها حالياً ، وعلى الرغم من أن نسبة المطلقات أعلى إلا أنني أرى أن هذه الفئة من النساء يلجأن إلى الثرثرة حول ما يروونه سيئاً .

لا بقصد اللوم والعقاب وإنما يكون بإظهار السيئات دون مجاملة أو تقدير وهذا ما يشتكي منه أغلبية الأزواج عند سؤالهم عن سبب الطلاق فيكون الجواب بأن زوجاتهم لا تنتهي توجيهاتهن إلا لتبدأ من جديد مما يشعر الزوج بالضيق . أما المتزوجات فكن وسطاً بين غير المتزوجات والمطلقات مما يدل على أنهن يملن إلى الاعتدال في إدارة منازلهن . وهذا وقد توصلت ماري حبيب (١٩٨٣م) (أن من أشكال التقصير كما يدركها مجموعه من الأزواج هي الشكوى المستمرة وعدم القدرة على التفاهم وهي الشكوى التي أثبتتها كثير من الدراسات) .

أعتقد أن إنزال الضغوط على الآخر أو توجيهه أو تغييره لابد من النظر والبحث في معرفه الأسباب التي دفعت به إلى فعل ذلك وهكذا يتحدد بوضوح سبب سلوكه فقد تكون له وجهه نظر معينة ، وإن كان بعض الأفراد يعتمدون القيام ببعض الأعمال ويتلفظون بكلمات قد تسيء إلى الآخرين بسبب إعتناقهم لبعض الأفكار أو المعتقدات ففي هذه الحالة لابد من مجابهة هذه الأفكار التي تؤدي إلى إتهيار العلاقات بين الناس بالحكمة .

الجدول رقم (٩)

يوضح التكرارات والنسب المئوية لعبارات الفكرة رقم (٤)

أرقام العبارات	غير المتزوجات = ١٥٠		المتزوجات = ١٥٠		المطلقات = ١٠١							
	نعم		لا		نعم		لا					
	تكرار	النسبة	تكرار	النسبة	تكرار	النسبة	تكرار	النسبة				
العبارة رقم (٤)	٩١	٦٠,٧٪	٥٩	٣٩,٣٪	٩٦	٦٤,٠٪	٥٤	٣٦,٠٪	٧٦	٧٥,٢٪	٢٥	٢٤,٨٪
العبارة رقم (١٧)	١١٥	٧٦,٧٪	٣٥	٢٣,٣٪	١٢٩	٨٦,٠٪	٢١	١٤,٠٪	٩٧	٩٦,٠٪	٤	٤,٠٪
العبارة رقم (٣٠)	١٣٢	٨٨,٠٪	١٨	١٢,٠٪	١٢٧	٨٤,٧٪	٢٣	١٥,٣٪	٨٧	٨٦,١٪	١٤	١٣,٩٪
العبارة رقم (٤٣)	٩٠	٦٠,٠٪	٦٠	٤٠,٠٪	١١٩	٧٩,٣٪	٣١	٢٠,٧٪	٧١	٧٠,٣٪	٣٠	٢٩,٧٪

الفكرة رقم (٤) :-

« إنه لمن المصيبة الفادحة أن تأتي الأمور على غير ما يتمنى الفرد .

وهذه الفكرة توضحها العبارات رقم (٤ - ١٧ - ٣٠ - ٤٣) في الجدول رقم (٩) ويتضح من ذلك :
 * أن العبارة رقم (٤) كان الترتيب فيها كالاتي المطلقات بلغت نسبة القبول (٧٥,٢ ٪) ثم المتزوجات بنسبة (٦٤ ٪) ثم غير المتزوجات بنسبة (٦٠,٧ ٪) وقد لوحظ ان غير المتزوجات أكثر عقلانية بالنسبة لهذه العبارة ، حيث بلغت نسبة الرفض بينهم (٣٩,٠ ٪) ثم يليهن المتزوجات بنسبة (٣٦,٠ ٪) بينما نجد أن هذه العبارة غير العقلانية أكثر إنتشاراً بين المطلقات ، مما يدل على أنهن يعشن في حالة توتر وقلق .

نلاحظ في العبارة غير عقلانية ذات الرقم (١٧) أن المطلقات أكثر تقبلاً لها وذلك بنسبة (٩٦,٠ ٪) أما المتزوجات فقد بلغت نسبة قبولهن لها (٨٦,٨ ٪) بينما إنخفضت النسبة لدى غير المتزوجات فبلغت (٧٦,٧ ٪) وإن انتشار هذه العبارة غير العقلانية بين المطلقات يدل على حالة الإضطراب النفسي التي يعيشنها والمتمثلة في الضيق والخوف .

ونجد أن نسبة غير المتزوجات في قبول العبارة رقم (٣٠) العقلانية بلغت (٨٨,٠ ٪) ثم المطلقات بنسبة (٨٦,١ ٪) ثم المتزوجات بنسبة (٨٤,٧ ٪) ، وبلغت نسبة قبول المتزوجات لهذه العبارة (٧٩,٣ ٪) تليهن في ذلك المطلقات بنسبة (٧٠,٣ ٪) ثم غير المتزوجات بنسبة (٦٠,٠ ٪) .

ونلاحظ ان نسبة رفض غير المتزوجات لهذه العبارة أعلى من رفض المتزوجات والمطلقات لها حيث بلغت النسبة (٤٠,٠ ٪) وكذا يتضح أن المتزوجات أكثر عقلانية وواقعية من المطلقات .

ويتضح مما سبق ان غير المتزوجات أكثر عقلانية من غير المطلقات وذلك لإنخفاض نسبه قبولهن للعبارة رقم (٤) وتعتبرهن بأنهن لا يستطعن قبول نتائج أعمال تأتي على غير توافقتهم فقد بلغت نسبة رفض المتزوجات (٣٩,٢ ٪) ثم تليهن المتزوجات بنسبة (٣٦,٠ ٪) .

أما المطلقات فقد كن أكثر تبنياً للعبارة غير العقلانية ، مما يدل على انهن يعيشن في حالة توتر وقلق وهذا ينعكس على تعاملهن مع أزواجهن ولذا حصلت بينهم المشاكل التي أدت يعد ذلك إلى الطلاق ، لذا فعلى الإنسان عندما يخطط لعمل أو لأي أمر من الأمور أن يفكر ملياً في هذا الأمر ويضع له جميع الاحتمالات ومن ضمنها احتمال الفشل فإن تقديره للأمور وعواقبها والنتائج التي سيحصل عليها تجعله دائماً في حالة سلام مع نفسه ومع أفراد أسرته ، فلا يفاجأ بالأمور السيئة التي قد تصيبه لأنه كان متوقعاً حدوثها مسبقاً .

وقد دلت النتائج التي توصلت إليها (إجلال سري ١٩٨٢ م) بأن هناك : ترابط موجب بين التوافق النفسي العام وبين مفهوم الذات والإتجاهات الزوجية لذا نجد المطلقات في حالة اضطراب نفسي يتمثل في التبرم من أي شيء والخوف منه حتى لو سارت الأمور سيراً حسناً وهذا يدل عليه إرتفاع نسبة قبولهن للعبارة غير العقلانية التي تقول : (أتخوف من أن الأمور لا تسير حسب ما تريد) وهذا الخوف والقلق يجعلان الفرد عاجزاً عن تركيز انتباهه واتخاذ قراراته ، وحتى ان اتخذ قراراً فإن الخوف يملكه مما قد يؤدي إليه هذا القرار من نتائج وخيمة أي أنه يتوقع الشر من كل شيء ولا يرى الجانب المشرق من الأمور .

وقد أثبتت نتائج دراسة (مصطفى ١٩٩٣ م) أن الأزواج غير المتوافقين زواجياً يكونون أكثر قلقاً وإكتئاباً . ونجد ان المتزوجات أكثر عقلانية من المطلقات وغير المتزوجات ، إذ لم يكن قادرات على تغييره حيث حصن على أقل النسب لان المرأة تعمل باستمرار على تغيير ما لا ترغب فيه وخاصة ما لا ترغب في زوجها مستخدمه في ذلك ذكاعا الإنساني وفعاليته في التخطيط لإستمرار حياتها الزوجية على أساس الواقع الذي تعيشه حتى تستطيع استغلال هذا الواقع أحسن استغلال وتخترع لذلك الوسائل المختلفة هادفه من هذا تهيئة الحياه الأفضل لأفراد أسرتها .

ولا يعني ذلك أن المطلقات أو غير المتزوجات ينقصهن الذكاء وإنما نجد ان غير المتزوجات يجدن من يصرف لهن أمور حياتهن وبالتالي فهن غير مسئولات عن الحفاظ على بنية إجتماعيه يتوقف على تماسكها مصير الأفراد . أما المطلقات فإن قلة تبصرهن بأنفسهن وبواقعهن دفعهن إلى التغيير دون وعي منهن لواقعهن لأنه ليس كل ما يتمناه المرء يدركه وهذه العبارة العقلانية استوعبتها كثيراً من المتزوجات فكن أكثر واقعيه من المطلقات وأكثر نجاحاً في حياتهن الزوجية ..

الجدول رقم (١٠)

يوضح التكرارات والنسب المئوية لعبارات الفكرة رقم (٥)

أرقام العبارات	غير المتزوجات = ١٥٠		المتزوجات = ١٥٠		المطلقات = ١٠١	
	نعم		لا		نعم	
	تكرار	النسبة	تكرار	النسبة	تكرار	النسبة
العبارة رقم (٥)	١٠٢	%٦٨,٠	٤٨	%٣٢,٠	١١٣	%٧٥,٣
العبارة رقم (١٨)	١٢٦	%٨٤,٠	٢٤	%١٦,٠	١١٩	%٧٩,٣
العبارة رقم (٣١)	٩٨	%٦٥,٣	٥٢	%٣٤,٧	١٠٠	%٦٦,٧
العبارة رقم (٤٤)	١١٥	%٧٦,٧	٢٥	%٣٣,٣	١٣٣	%٨٨,٧

الفكرة رقم (٥) :-

« تنشأ تعاسة الفرد عن ظروف خارجية لا يستطيع السيطرة عليها أو التحكم بها ».

وهذه الفكرة توضحها العبارات رقم (٥ - ١٨ - ٣١ - ٤٤) والتي يوضحها الجدول رقم (١٠) ونلاحظ منه :-

* أن نسبه قبول المتزوجات لهذه العبارة بلغ (%٧٥,٣) بينما بلغت نسبة المطلقات (%٧٥,٢) ، أما غير المتزوجات فقد انخفضت النسبة لديهن فبلغت (%٦٨,٠) يلاحظ أن هذه العبارة غير العقلانية ذات الرقم (١٨) كانت أكثر إنتشاراً وتقبلاً بين المطلقات من المتزوجات وغير المتزوجات ، حيث بلغت نسبة قبول المطلقات لها (%٨٧,١) ثم تليهن غير المتزوجات بنسبة (%٨٤,٠) ثم المتزوجات بنسبة (%٧٩,٣) .

وكذلك بالنسبة للعبارة رقم (٣١) غير العقلانية قد جاءت المطلقات في الترتيب الأول بنسبة قبولها حيث بلغت

بنسبة (%٧٨,٢) ثم جاءت المتزوجات في الترتيب الثاني بنسبة (%٦٦,٧) ثم غير المتزوجات

بنسبة (%٦٥,٣) ونلاحظ ان هذه الفكرة غير العقلانية هي أكثر إنتشاراً بين المطلقات قد بلغت نسبة رفض غير

المتزوجات والمتزوجات لها على التوالي (%٣٤,٧) ، (%٣٣,٣) .

ويلاحظ أن نسب القبول في العبارة غير العقلانية ذات الرقم (٤٤) كانت نسبة متقاربة بين المتزوجات والمطلقات ،

حيث بلغ الفرق بينهما بنسبة (٦,٠) وقد بلغت نسبة قبول المتزوجات (%٨٨,١) ونسبة قبول المطلقات (%٨٨,١)

أما غير المتزوجات فبلغت نسبة قبولهن لها (%٧٦,٧) بمعنى أن نسبة غير المتزوجات في هذه العبارة أعلى من

المتزوجات والمطلقات فقد بلغت نسبة هذا الرفض لدى غير المتزوجات (%٣٣,٣) .

ويتضح مما سبق ذكره : -

ان نسبه قبول غيرالمتزوجات لعبارة (أؤمن بأن كل شخص قادر على تحقيق سعادته بنفسه) جاءت في المرتبه الثالثه ، وربما يرجع ذلك إلى انهن غير مسئولات عن إيجاد السعاده لكل فرد من أفراد أسرهن ، حيث يتولى الوالدان المسئوليه في هذه الأسر .

وقد تفوقت نسبة المتزوجات على المطلقات بفرق (١٠ ٪) مما يؤكد استمرار الحياه الزوجيه لدى المتزوجات يعود إلي إعتناق مبدأ أن السعادة تبني من داخل الإنسان فإذا أراد أن يسعد في حياته الزوجيه فلا بد أن يقوم بتوفير مقومات السعادة الزوجيه والتي يعتبر مرجعها الأساسي الإحترام فهو لب الحياه وأساس التفاهم بين الزوجين ومن المهم أيضاً أن تكون بين الزوجين صداقة وثيقة فهي تسمو بالعلاقه الزوجيه ، فالزواج بدون هذه الصداقه يعتبر زواجاً تعيساً وفي رأي أن هؤلاء المطلقات لم يصلن مع أزواجهن إلى تكوين صداقة تعمل على استمرار زواجهن لأن الصداقه ليست مجرد تبادل خواطر وأفكار فحسب وإنما هي بث الشكوى وتجاوب المشاعر والرغبات فالصديق يسمع ويفهم ويحنو وينصح وهذا ما أثبتته النتائج التي توصلت لها (كبير اتياج - جون ومالسترون (١٩٨٠ م) (Calir Elaugh - Jon Malstro) : -

بأن غير المتزوجين أقل تحراً من توثرهم العصبى وأقل إجتماعيه وصداقه ، وأقل شعوراً بالأمن والسعادة والنجاح في عملهم ، وأكثر ثباتاً ، بينما المتزوجون هم أكثر إجتماعيه وسعادة وشعوراً بالأمان والإطمئنان والجاذبيه وأكثر نجاحاً في أعمالهم ، أما المطلقات فهن أقل ثباتاً من غير المتزوجات وأقل جاذبيه وثقة بذاتهم وأكثر رغبة في الوصول إلى المستوى مناسب من التوافق الشخصي .

وهذا ما نلاحظه من العبارة غير العقلانيه التي تنص على : (أن أفكار الفرد وفلسفته في الحياه تلعب دوراً كبيراً في شعوره بالسعادة أو التعاسة) وقد انتشرت بين المطلقات أكثر من المتزوجات وغير المتزوجات ، ونجد أن المتزوجات حصلن على النسب الأقل من المطلقات وغير المتزوجات في هذه العبارة ، مما يدل على عدم توافقهن النفسي ، لأن الفرد المتمتع بالصحة النفسية يعمل على التوازن بين أفكاره وفلسفته التي يعتنقها وبين الحياه التي يعيشها وليس معني ذلك أن الشخص السوي يكون خالياً من الخوف أو الصراع أو القلق ، أو أنه ليس لديه أفكار أو فلسفه خاصه به بل الذي يميزه عن غيره هو طريقة مواجهه الصراع والمخاوف والقلق الذي ينتج عن إعتناقه لهذه الأفكار من جهة والتوفيق بينها وبين الواقع الذي يحياه من جهة أخرى .

وقد دلت نتائج الدراسات التي قام بها (هوفمان Hofman ١٩٨٥ م) على ان هناك علاقته بين التوافق الزوجي والشعور بالسعادة أي ان الحظ ليس له أي دور في سعادة الإنسان أو تعاسته ، وإنما الإنسان هو الذي يخلق سعادته وتعاسته ، لذا نجد ان العبارة غيرالعقلانيه التي ترى (أن الحظ له دور كبير في سعادة الناس قد تبنتها المطلقات بصورة ليست واقعيه وفي رأي أن الحياه الزوجيه ليس الحظ فيها هو الذي يوجد

المشاكل والتعاسه وانما يعود ذلك الى عدم تفهم كل من الزوجين للآخر وعدم اشتراكهما في حل المشاكل والقضاء على الهموم التي تصادفهما في حياتهما الزوجية .

وقد انتهت دراسته جيلين (١٩٧٥ م) إلى ان الأشخاص المتزوجين يقررون سعادة شاملة أكثر من الأشخاص غير المتزوجين سواء كانوا ذكوراً أو إناثاً وكذلك وجدت (جيلين) ان السعادة الكلية لا تتوقف على نوي القدرة العالية من التوافق النفسي ، أو الذين تلخروا في الزواج ، أو الذين تزوجوا مبكرين بل إن الزواج أثراً في الحالة النفسية وإن له دوراً في سعادة كلا الجنسين ، وخصوصاً النساء ، وأنه كلما كان الزواج ناجحاً كلما زدت سعادة الفرد خاصة النساء بينما قد تتأثر سعادة الرجال بنواح أخرى غير أسرية .

إن السعادة مطلب وهدف كل فرد مع أنها أمر نسبي يختلف بين الأفراد باختلاف الزمان والمكان والظرف ، ومن أجل ذلك نجد ان العبارة غير العقلانية التي ترى (ان الظروف الخارجة عن إرادة الإنسان غالباً ما تقف ضد تحقيق الإنسان لسعادته) هي أكثر إنتشاراً بين المتزوجات والمطلقات ، وأعتقد ان مصدر السعادة ينبع دائماً من العالم الداخلي للفرد الذي يحاول أن يجعل ظروفه حتى ولو كانت صعبة جداً مصدر سعادة له ، وذلك بحسن الصبر وقبول الواقع ، والعمل على إستخلاص العبر مما جاء فيه من أحداث والتمتع بما يشتمل عليه من أشياء جميلة وخاصة بالنسبة للمرأة ، فهي لا تعيش خارج الأشياء والأمور ، وإنما تتحد معها مباشرة وبصوره وثيقه وأساسية وتتفاعل بجميع ما يحيط بها .

وهذا شوارتز أورد عن امرأة قولها : (أنا يوماً محقة فيما يخص النساء ، ولكني قلما أكون كذلك بالنسبة للرجال ، إن الإنسان يعرف المرأة من نظرة واحدة ولكن لا يعرف من الرجل إلا جزء جزء وبذلك يتعرف على ذاته الحقيقية ، أما المرأة فتكون يوماً ذاتها ولا تغشى بصيرتها غاشية من الظروف والمناسبات .

ولذلك أرى ان التقارب في قبول العبارة غير العقلانية بين المتزوجات والمطلقات يرجع لهذا السبب وإن المتزوجات إستطعن معاشية الواقع بكل ما فيه ، بينما المطلقات فضلن معاشية الواقع حسب قول إحدى النساء الذي ورد في كتاب أعرف نفسك ص ١٥٨ ، (أنا لا أعرف الثقة وذلك لأنني إما أتقبل الشخص كلية أو أرفضه بتاتاً) ،

(عاقل - ١٩٨٦ م - ص ١٥٨) .

الجدول رقم (١١)

يوضح التكرارات والنسب المئوية لعبارات الفكرة رقم (٦)

أرقام العبارات		غير المتزوجات = ١٥٠		المتزوجات = ١٥٠		المطلقات = ١٠١	
		نعم		لا		نعم	
		تكرار	النسبة	تكرار	النسبة	تكرار	النسبة
العبارة رقم (٦)	١١٣	٪٧٥,٣	٢٧	٪٨٠,٠	١٢٠	٪٨٢,٢	٨٤
العبارة رقم (١٩)	١٠١	٪٦٨,٣	٤٩	٪٧٢,٧	١٠٩	٪٨٣,٢	٨٤
العبارة رقم (٣٢)	١٢٨	٪٨٥,٣	٢٢	٪٨٨,٠	١٣٢	٪٨٨,١	٨٩
العبارة رقم (٤٥)	١٠٥	٪٧٠,٠	٤٥	٪٨٠,٠	١٢٠	٪٨٣,٢	٨٤

الفكرة رقم (٦) :-

« الأشياء المخيفة أو الخطرة تستدعي الإهتمام الكبير ، والإنشغال الدائم في التفكير بها ، وبالتالي فإن احتمال حدوثها يجب ان يشغل الفرد بشكل دائم .

وهذه الفكرة توضحها العبارات رقم (٦-١٩-٣٢-٤٥) في الجدول رقم (١١) ويتضح ان نسب قبول العبارة رقم (٦) كالتالي :-

المطلقات (٪ ٨٢,٢) ، ثم المتزوجات (٪ ٨٠,٠) ثم غير المتزوجات (٪ ٧٥,٣) .

نلاحظ ان هذه العبارة لاقت قبولاً لدى المطلقات وربما يعود ذلك إلى عدم المبالاه بعواقب الأمور أما المتزوجات فاعتقد أن انشغالهن بتصريف أمور حياتهن مثل الإهتمام بالزواج والأطفال والبيت لم يدع لهن وقتاً في التفكير في أمور أخرى .

أما بالنسبة لغير المتزوجات فليس لديهن مسؤوليات سوى مسئولية دراستهن والتخطيط لمستقبلهن ، وكذا اقتصر تفكيرهن على ذلك .

ونجد أن نسبة قبول المطلقات للعبارة (١٩) بلغت (٪ ٨٢,٢) بينما بلغت نسبة قبول المتزوجات (٪ ٧٢,٧) ثم المتزوجات بنسبة (٪ ٦٧,٣) وكذلك نلاحظ أن هذه العبارة غير العقلانية رقم (٣٢) تعتبر أكثر إنتشاراً بين المتزوجات والمطلقات فقد بلغت نسبة القبول لدى المتزوجات (٪ ٨٨,٠) بينما بلغت لدى المطلقات (٪ ٨٨,١) بفارق وقدره (٪ ٠,١) اما غير المتزوجات فكانت النسبة لديهن (٪ ٨٥,٣) .

ونجد أن العبارة رقم (٤٥) غير العقلانية وجدت قبولاً لدى المطلقات بنسبة (٪ ٨٣,٢) بينما كانت قبول المتزوجات لها (٪ ٨٠,٠) أما غير المتزوجات فنسبة قبولها (٪ ٧٠,٠) .

ويتضح مما سبق ذكره : أن نسبة قبول المطلقات للفكرة رقم (٦) كانت عالية ، مما يدل على أن القلق سبباً مستديماً بينهن وهذا أدنى توتر أعصابهن وانعكس على نفسياتهن وفي الواقع فإننا نرى أن القلق ينمو ويظهر في تصرفات وأعمال الإنسان بل ونلاحظ أن بعض الناس يواجهون المشاكل التي تحدث في حياتهم باضطراب يقلب حياتهم الهادئة ، يربكهم ويتخللون الشر ، ويفكرون فيه قبل أن يحدث ، إنه يجعلهم يفكرون باستمرار في المصائب ويتصورون وقوعها فعلاً وقد يتطور الأمر فيتشككون في كل شيء وفي نفس الوقت تجددهم لا يتقون في أنفسهم ولا تصرفاتهم . (بركات « ١٩٧٨ » ص ٨٩) حقيقة أن الحر مطلب ولكن لا يجب أن يصل إلى درجة الوسواس ، فتتسلط على الإنسان الأفكار غير المعقولة فتجعله يعيش في حياة مليئة بالمنغصات .

الجدول رقم (١٢)

يوضح التكرارات والنسب المئوية لعبارات الفكرة رقم (٧)

أرقام العبارات	غير المتزوجات = ١٥٠		المتزوجات = ١٥٠		المطلقات = ١٠١	
	نعم		لا		نعم	
	تكرار النسبة	تكرار النسبة	تكرار النسبة	تكرار النسبة	تكرار النسبة	تكرار النسبة
العبارة رقم (٧)	٦٩	٤٦,٠٪	٨١	٥٤,٠٪	٩٢	٦١,٣٪
العبارة رقم (٢٠)	٤١	٢٧,٣٪	١٠٩	٧٢,٧٪	٥١	٢٤,٠٪
العبارة رقم (٢٣)	١٢٢	٨١,٣٪	٢٨	١٨,٧٪	١٢٢	٨١,٣٪
العبارة رقم (٤٦)	١٢٠	٨٠,٠٪	٣٠	٢٠,٠٪	٩٩	٦٦,٠٪

الفكرة رقم (٧) :-

« من السهل أن نتجنب بعض الصعوبات والمسئوليات بدلاً أن نواجهها » .

وهذه الفكرة تناولتها العبارات رقم (٧ - ٢٠ - ٢٣ - ٤٦) ويوضحها الجدول رقم (١٢) :-

* ومنه نلاحظ ترتيب نسب القبول في العبارة رقم (٧) على التوالي : المطلقات (٧٥,٢٪) ثم المتزوجات (٦١,٣٪) ثم غير المتزوجات (٤٦٪) .

ونلاحظ أن العبارة غير العقلانية رقم (٢٠) هي أكثر انتشاراً لدى المطلقات ، حيث بلغت نسبة قبولها (٥٠,٥٪) ، بينما انخفضت نسبة القبول لدى المتزوجات إلى (٢٤,٠٪) في حين وصل إنخفاض نسبة القبول لدى المتزوجات إلى (٢٧,٣٪) .

كذلك نلاحظ أن العبارة العقلانية رقم (٢٣) كانت نسب القبول فيها متقاربة بين غير المتزوجات والمتزوجات

والملقات وهي على التوالي (٨١,٣ %) ثم (٨١,٣ %) ثم (٨٢,٢ %) .

كما أن نسبة قبول المطلقات للعبارة العقلانية ذات الرقم (٤٦) لدى غير المتزوجات بلغت لديهم (٨٠,٠ %) بينما بلغت النسبة (٦٦,٠ %) لدى المتزوجات وهذا الانخفاض في نسبة القبول للعبارة يدل على ميل الزوجات للمسألة في تصريف أمور حياتهن لأن هدف كل زوجة في الغالب تحقيق السعادة والراحة لكل فرد من أفراد عائلتها .

أما غير المتزوجات فإن المصاعب التي تعترض حياتهن تنحصر في مسئولية الدراسة وبإمكانهن التغلب عليها بالمذاكرة والاجتهاد .

وأن ارتفاع نسبة قبول المطلقات لهذه العبارة يعود إلى سوء توافقهن فهن يملن إلى إثبات نواتهن وكذلك يملن إلى حب السلطة والسيطرة . ويتضح لنا أن المطلقات هن أكثر تقبلاً للعبارة رقم (٧) التي تنص على (تجنب الصعوبات بدلاً من مواجهتها) ، وأن ارتفاع نسبتها لدى المطلقات يدل على عدم تقديرهن لنواتهن وعدم الثقة بالنفس ، وهذا ينعكس على تعاملهن مع أنفسهن ومع غيرهن وقد دلت الدراسات أن العلاقات الحميمة في الزواج تساهم كثيراً في إحساس المتزوجين بالرضا عن الذات والشعور بالتقدير ، وهذا ما لاحظناه من انخفاض قبول المتزوجات لهذه العبارة والارتفاع النسبي في رفضها .

ومن هذه الدراسات ما أورده عبد المعطي وراوية دسوقي في دراسة عن التوافق وعلاقته بتقدير الذات والقلق والإكتئاب (١٩٩٣ م) ومنها أيضاً دراسة جين هاردر (Harder) (١٩٧٠ م) وكذلك دراسة برنستلي (١٩٧٩ م) (Bernstline) .

كذلك نلاحظ أن نسبة الرفض بين غير المتزوجات والمتزوجات للعبارة غير العقلانية التي ترى : (أن الحياة السهلة الخالية من المسئولية ومواجهة الصعاب هي التي تبعث السعادة الكاملة) . كانت عالية وهذا طبيعي فالحياء الخالية من المسئولية لا تبعث على السعادة الدائمة وإنما يشعر فيها الفرد بالملل فما باله بالحياة الزوجية التي تقوم على الأخذ والعطاء والتفاعل بين الزوجين ، وقد دلت دراسة أنطوانيت دانيال (١٩٦٦ م) : أن التفاعل بين الزوجين يؤدي إلى التغلب التدريجي على معوقات التوافق ، كما أن تقارب الإلتقاء بين الزوجين يحدد مدى توافقهن ، ومن أجل ذلك نجد أن النسب كانت متقاربة بين الفئات الثلاث في قبولهن لهذه العبارة العقلانية التي ترى : (أنه لا بد من مواجهة الصعوبات بدلاً من تجنبها) وقد تساوت بين المتزوجات وغير المتزوجات بينما ارتفع الفرق بين المطلقات وبين المتزوجات وغير المتزوجات إلى (٩,٩ %) لصالح المتزوجات وغير المتزوجات ، وأعتقد أن مواجهة ما يعترض الحياة الزوجية من صعوبات ، ووضع حل لكل مشكلة تعترضها أفضل من ترك هذه الصعوبات دون أن يبين فيها الزوج والزوجة وجهة نظرهما وموقفهما منها خشية أن تتراكم هذه المشاكل ومن ثم يصعب التوصل إلى حلها ، فهذا يؤدي إلى حصول التباعد النفسي بين أفراد الأسرة لذا لا بد من توضيح

الأمور ، فهذا يؤدي إلى الصفاء النفسي ، وعودة الشعور بالسعادة فقد بينت دراسة (إجلال سري) أن المفاهيم الزوجية تختلف أهميتها نسبياً بين المتزوجات والمطلقات ، فيما عدا المشكلات الزوجية حيث يأتي ترتيبها الأول بالنسبة للجماعتين ، ويكون الشعور بالسعادة عندما تميل الزوجة إلى المسألة في تصريف أمور حياتها الزوجية ، فهدف كل زوجة هو تحقيق السعادة والراحة لكل فرد من أفراد العائلة ، ولهذا فقد لاحظنا إنخفاض قبول المتزوجات للعبارة العقلانية التي تقول : - (يسبني أن أواجه بعض المصاعب والمسئوليات التي تشعرنني بالتحدي) ، ويمكن يرجع ذلك إلى أن غير المتزوجات باعتبارهن طالبات في الجامعة ، فليس لهن سوى مسئوليات الدراسة ، لأنه أحياناً تواجه الطالبة مصاعب دراسية ، ومسئولياتها تشعرها فعلاً بالتحدي ، لأنه لابد من مواجهتها ، ولكن هذه الصعوبات والمسئوليات لاتؤدي أحداً لأن مردودها يرجع على الطالبة نفسها دون غيرها أما بالنسبة للمطلقات فإن مردود أي مواجهة للمصاعب وتحديها لا يعود عليهن فقط وإنما على أسرة بأكملها فارتفاع قبول هذه العبارة لديهن يدل على سوء توافقهن بالإضافة إلى ميلهن إلى إثبات الذات وحب السلطة ، أو تكون صادرة عن نوافع ذات مكبوتة منذ الصغر ففي ذلك خداع للنفس وهذا ما ذكره (اليس) .

وقد أثبتت دراسة (بيث فاينبرج Beth - L - Fireberg) بأن مجموعات الزوجات غير المتوافقة يملن إلى السيطرة وأن كلا من الزوجين أقل إنقياداً للآخر ، بعكس الزوجات المتوافقة حيث يظهر خضوع كل منهما للآخر . أكثر من سيادة كل منهما على الآخر .

الجدول رقم (١٣)

يوضح التكرارات والنسب المئوية لعبارات الفكرة رقم (٨)

أرقام العبارات	غير المتزوجات = ١٥٠		المتزوجات = ١٥٠		المطلقات = ١٠١	
	نعم		لا		نعم	
	تكرار النسبة	تكرار النسبة	تكرار النسبة	تكرار النسبة	تكرار النسبة	تكرار النسبة
العبارة رقم (٨)	١٣٣	٨٨,٧%	١٧	١١,٣%	٩١	٩٠,١%
العبارة رقم (٢١)	١٢٩	٨٦,٠%	٢١	١٤,٠%	٨٩	٨٨,١%
العبارة رقم (٣٤)	٩١	٦٠,٧%	٥٩	٣٩,٣%	٦٩	٦٨,٣%
العبارة رقم (٤٧)	٦١	٤٠,٧%	٨٩	٥٩,٣%	٧٥	٧٤,٣%

الفكرة رقم (٨) :-

« يجب أن يكون الشخص معتمداً على الآخرين ويجب أن يكون هناك من هو أقوى منه لكي يعتمد عليه » .

وهذه الفكرة توضحها العبارات رقم (٨ - ٢١ - ٢٤ - ٤٧) ، والتي يوضحها الجدول رقم (١٣) ومن خلاله يتضح أن : -

العبارة رقم (٨) العقلانية جاء قبول المطلقات لها في الترتيب الأول بنسبة (٩٠ , ١ %) بينما تساوت النسبة بين المتزوجات وغير المتزوجات حيث بلغت (٨٨ , ٧ %) في استجاباتهم لهذه العبارة العقلانية ونلاحظ في العبارة رقم (٢١) أن نسب القبول متقاربة بين غير المتزوجات والمتزوجات والمطلقات على التوالي (٨٦ %) ثم (٨٧ , ٢ %) ثم (٨٨ , ١ %) فكل منهن تفضل الإعتماد على نفسها في تصريف أمورها وتحملها لمسئولية الفشل فيها . ونلاحظ أيضاً في العبارة غير العقلانية ذات الرقم (٢٤) انخفاض نسبة قبولها لدى غير المتزوجات ، حيث بلغت النسبة (٦٠ , ٧ %) بحيث أرجعت الأغلبية سبب ذلك لناعية دراسية لأن بإمكانهن الدراسة وعمل كل ما يتعلق بهن بون مساعدة من الزميلات .

أما بالنسبة للمتزوجات والمطلقات فإن الفرق بينهما كان ضئيلاً إذ بلغ (٤ , ٤ %) بإعتبار ان الزواج عمل مشترك بين الزوجين وتحمل للمسئولية وهكذا فإن العبارة (غير العقلانية قد لقيت قبولاً لدى المتزوجات والمطلقات على أساس فهمهن لها ضمن حدود حياتهن الزوجية ، ان تقبل المطلقات للعبارة غير العقلانية ذات الرقم (٤٧) كان أكثر من المتزوجات اللاتي بلغت نسبة قبولهن للعبارة (٥٨ , ٧ %) ثم غير المتزوجات بنسبة (٤٠ , ٧ %) بينما بلغت نسبة الرفض لهذه العبارة عند غير المتزوجات (٥٩ , ٣ %) أي أكثر من نصف أفراد غير المتزوجات في رفضهن ثم تليهن المتزوجات في رفضهن هذه العبارة بنسبة (٤١ , ٣ %) ومن خلال ما سبق يتضح لنا : -

أن فكرة (أن يكون الإنسان تابعاً للآخرين ومعتمداً عليهم) لا تروق لكثير من الناس ، لذا نجد ارتفاع نسبة قبولها كان عالياً تقريباً لدى جميع الفئات الثلاث ، وخاصة المطلقات بينما تساوت النسبة بين المتزوجات وغير المتزوجات ، كما نلاحظ ان النسب كانت متقاربة بين غير المتزوجات والمتزوجات والمطلقات على التوالي (٨٦ , ٢ % - ٨٨ , ١ %) في قبولهن للعبارة القائلة (بأن كل منهن تفضل الإعتماد على نفسها في تصريف أمورها ، وتحملها لمسئولية الفشل فيها) وهذه دالة جيدة فهي تعطينا صورة عنهن بأن لديهن القدرة على إدراك عواقب الأمور ، وان كل واحد منهن تستحضر في ذهنها جميع النتائج التي قد تحدث في المستقبل ، وعلى هذا تستطيع أن تبني سلوكها وتصرفاتها على حسب الخطة التي رسمت على أساسها ما تتوقعه من نجاح أو فشل لأعمالها ، فهي تستمد قدرتها على الضبط والتحكم في سلوكها من تقديرها المبني على موازنة النتائج وفحصها وإن بعضهن أحياناً يرفضن المعايير الإجتماعية والمألوفة بين أفراد المجتمع ، كما يحصل مع المطلقات ، فكل واحدة منهن تقدر نتائج طلاقها وتتقبله باعتباره أنها لو استمرت في هذا الزواج لفقدت احترامها لنفسها وسعادتها إلى الأبد ، وتقول إحدى المطلقات : (البعض يرى أن الطلاق يحطم المرأة بينما أنا فقد أنقذني طلاقني من زواج خاطئ ، وكان مرشحاً لصنع عائلة تعيسة) مهى عيتاني - بدون تاريخ - ص ٣٥ .

* ونجد أن العبارة غير العقلانية التي تقول : (انه لا يمكن أن أتصور نفسي دون مساعده من هم أقوى مني) قد لقيت قبولاً نسبياً لدى المتزوجات والمطلقات على أساس فهم كل منهن العبارة في حدود حياتهن الزوجية ، وهذا يعود للتنشئة الإجتماعية أو قد يكون أزواجهن من النوع الطفل الذي يعتمد على زوجته إعتماًداً كلياً في تصريف شئون حياته ، كما كانت أمه ، فنحن نعلم أن طبيعة الزوجة تختلف عن طبيعته الأم ، لذلك فإن الزوجة العادية لا تستطيع غالباً أن تحل محل الأم في تأمين رغبات زوجها بالصورة التي اعتادها ، لذا غالباً ما تتور في وجه هذا الزوج المدلل ، مما يؤدي إلى اضطراب العلاقات الزوجية ، وقد تكون الزوجة من النوع الطفل المدلل فعندما تترك فجأة لتحمل أعباء المسؤولية كاملة مثل الزواج فإنها تطلب من زوجها أن يكون لها البديل এমন كان يحمل عنها مسؤولياتها سابقاً وتعتمد عليه إعتماًداً كلياً في قضاء حاجاتها ، وإجابة مطالبها ، فمثل هذه الزوجة إذا صادفتها مشكلة ، فإنها سرعان ما تنهار ، وتعجز عن التصرف ، وتفصح مظاهر سلوكها الطفولي الذي يدل على عدم النضج الإنفعالي لديها ، إن تحمل المسؤولية والإعتتماد على النفس تفرس منذ الصغر في الفرد سواء كانت مسؤولية نحو ذاته أو غيره فيصبح الفرد بذلك مسؤولاً عن ملامة سلوكه مع المحيط الذي يعيش فيه ، ويعمل معتمداً على ذاته في مواجهة متاعب الحياة . وليس من العدل أن يتحمل شخص آخر مسؤوليته ومسؤولية إزالة قلقه ومخاوفه بل عليه أن يتحمل مسؤولية نفسه وبصرف النظر عن عمق الحب والإهتمام الذي يكنه له لأنه لا تعارض في ذلك وهناك من الأفراد من يخشى مواجهة المسؤوليات بمفردهم ، وهؤلاء قد يكونون تعرضوا في أثناء طفولتهم للإبتعاد المادي أو المعنوي عن كلا أبويهم أو أحدهما ، فيتكون لديهم الخوف من وجودهم وحيدين ، فنرى الفرد فيهم يسعى لإذابة هويته في هوية شخص آخر يكون بينهما علاقه حميمه ، بحيث يفقد ذاته المستقلة ، وهذا النوبان سيئ لأنه يقضى على فريده الشخص .

الجدول رقم (١٤)

يوضح التكرارات والنسب المئوية لعبارات الفكرة رقم (٩)

أرقام العبارات	غير المتزوجات = ١٥٠		المتزوجات = ١٥٠		المطلقات = ١٠١							
	نعم		لا		نعم		لا					
	تكرار	النسبة	تكرار	النسبة	تكرار	النسبة	تكرار	النسبة				
العبارة رقم (٩)	٦٧	%٤٤,٧	٨٣	%٥٥,٣	٨٦	%٥٧,٣	٦٤	%٤٢,٧	٧٢	%٧١,٣	٢٩	%٢٨,٧
العبارة رقم (٢٢)	٩٨	%٦٥,٣	٥٢	%٣٤,٧	٩١	%٦٠,٧	٥٩	%٣٩,٣	٧٠	%٦٩,٣	٣١	%٣٠,٧
العبارة رقم (٣٥)	١٢٤	%٨٢,٧	٢٦	%١٧,٣	١٢٤	%٨٢,٧	٢٦	%١٧,٣	٩٢	%٩١,١	٩	%٨,٩
العبارة رقم (٤٨)	١١١	%٧٤,٠	٣٩	%٢٦,٠	١١٤	%٧٦,٠	٣٦	%٢٤,٠	٩٠	%٨٩,١	١١	%١٠,٩

الفكرة رقم (٩) :-

« إن الخبرات والأحداث الماضية تقرر السلوك الحاضر ، وإن تأثير الماضي لا يمكن تجاهله أو محوه » .

وهذه الفكرة توضحها العبارات رقم (٩ - ٢٢ - ٣٥ - ٤٨) والتي يوضحها الجدول رقم (١٤)

ومنه يتضح أن :-

أن العبارة غير العقلانية ذات الرقم (٩) لاقت قبولا لدى المطلقات بنسبة (٧١,٣ ٪) ، ثم المتزوجات بنسبة (٥٧,٣ ٪) أما غير المتزوجات بنسبة (٤٤,٧ ٪) .

ونلاحظ أن هذه العبارة غير العقلانية هي أكثر إنتشاراً لدى المطلقات ، بينما بلغت نسبة رفض المتزوجات (٥٥,٣ ٪) أما المتزوجات فبلغت النسبة لديهن (٤٢,٧ ٪) .

ونجد أن العبارة غير العقلانية ذات الرقم (٢٢) قد لاقت قبولا لدى المطلقات في الترتيب الأول وذلك بنسبة (٦٩,٣ ٪) ثم غير المتزوجات بنسبة (٦٥,٣ ٪) ثم المتزوجات بنسبة (٦٠,٧ ٪) .

وهكذا فقد لقيت العبارة هذه قبول كبير لدى المطلقات علماً أنها أقل العبارات المتفرعة في الفكرة الأساسية غير العقلانية قبولا ، وهذا يبين الإرتفاع النسبي في رفض هذه العبارة بين الفئات الثلاث فهي على التوالي لدى المتزوجات بنسبة (٣٩,٣ ٪) ، ثم غير المتزوجات بنسبة (٢٤,٧ ٪) وأخيراً بنسبة (٣٠,٧ ٪) .

كما نلاحظ أن قبول العبارة العقلانية (٣٥) لدى المطلقات جاء في الترتيب الأول بنسبة بلغت (٩١,١ ٪) بينما حصلت غير المتزوجات على نسبة (٨٢,٧ ٪) .

ونجد أن نسبة قبول المطلقات للعبارة العقلانية (٤٨) بلغت (٨٩,١) ثم المتزوجات بنسبة (٧٦,٠ ٪) ثم غير المتزوجات بنسبة (٧٤,٠ ٪) .

ومن خلال ما سبق يتضح لنا :

إرتفاع نسبة الرفض لدى المتزوجات وغيّر المتزوجات أمر طبيعي لأن الشخص الذي يبقى أسير ماضيه لا يستطيع أن يعيش حياته الحاضرة سعيداً ومستقراً وإن كان لا أحد يستطيع إنكار الماضي ولكن ليس لدرجة أن يؤثر على حياته الحاضرة ، ويرى « أليس » وغيره من علماء النفس أن التربية السيئة والصدمات الإنفعالية في عهد الطفولة لها أثر في التمهيد لإضطرابات الشخصية في الكبر فإذا تعرض الفرد للإحباط في طفولته فهو يخلق في نفسه صراعات شتى تحول دون تكامل شخصيته ، فيصبح شديد الحساسية لمواقف معينة مثل مواقف « النقد والحرمان ، أو للمواقف التي يشم فيها رائحة الكراهية ، أو الإزلال ، أو فقدان العطف أو الشعور بالذنب ، فيستجيب لهذه المواقف إستجابات شاذة كما اعتقد أن ثقافته المجتمع بما يحويه من أفكار ومعتقدات وطرق التفكير والتعبير ... إلخ كذلك التعليم وإطلاع الفرد على ثقافات الأمم الأخرى له دور كبير في جعل الفرد يصحح ما ترسب بداخله ، ويميز بمفرده بين السمين والغث ، وهذا ما جعل العبارة غير العقلانية التي ترى (أنه لا يمكن التخلص من الماضي حتى وإن حاول الفرد ذلك) ، أقل العبارات قبولاً من العبارات المتفرعة من الفكرة الأساسية غير العقلانية ، وإن كانت نسبة المطلقات مرتفعة فيها ، ثم غير المتزوجات ثم المتزوجات وقد دلت الدراسات على أن هناك علاقة فيما يتصل بخبرات الطفولة في الأسرة والعلاقات الأبوية السيئة ، وبين الإضطرابات التي تظهر على أفكار ومعتقدات الفرد في الكبر ومن ثم تؤدي إلى سوء توافقه زواجياً ثم فشل حياته الزوجية ، فقد وجدت ناديه البنا - (١٩٧٥) م (بأن الجوانب الإنفعالية والعاطفية والجنسية لدى الزوجة ترتبط في الغالب بالصورة الوالدية) ونجد أن المطلقات أكثر عقلانية بالنسبة للتأثر بالماضي ، بينما تساوت النسبة بين المتزوجات وغير المتزوجات ، وربما قصدت المطلقات بكلمة (الماضي) حياتهن الزوجية ، حيث يعتبرنها ماضياً لهن لأنهن بدأن حياة جديدة بدليل أنهن رجعن إلى الحياة الدراسية ، ويواصلن حياتهن بثقة كبيرة ، فهن لم يتأثرن بالحياة الزوجية الفاشلة ، وإن كان ماضيهن في أسرهن له دور في التأثير على أفكارهن ومن ثم فشلن في مسيرة حياتهن الزوجية .

وأما المتزوجات وغير المتزوجات فإن الماضي يعني لهن دور الأسرة التي نشأن فيها ومدى تأثيرها عليهن ، ولا أحد يستطيع إنكار ما للأسرة من أثر عميق وخطير في تكوين أفكار واتجاهات الفرد وفي تشكيل شخصيته قوة وضعفاً .

الجدول رقم (١٥)

يوضح التكرارات والنسب المئوية لعبارات الفكرة رقم (١٠)

أرقام العبارات		غير المتزوجات = ١٥٠				المتزوجات = ١٥٠				المطلقات = ١٠١	
نعم		لا		نعم		لا		نعم		لا	
تكرار	النسبة	تكرار	النسبة	تكرار	النسبة	تكرار	النسبة	تكرار	النسبة	تكرار	النسبة
٩٩	٦٦,٠٪	٥١	٣٤,٠٪	١١٩	٧٩,٣٪	٣١	٢٠,٧٪	٨٤	٨٣,٢٪	١٧	١٦,٨٪
١٠٥	٧٠,٠٪	٤٥	٣٠,٠٪	١١٨	٧٨,٧٪	٣٢	٢١,٣٪	٨٤	٨٣,٢٪	١٧	١٦,٨٪
٩٨	٦٥,٣٪	٥٢	٣٤,٧٪	١١٠	٧٣,٣٪	٤٠	٣٦,٧٪	٨٠	٧٩,٢٪	٢١	٢٠,٨٪
١١٩	٧٩,٣٪	٣١	٢٠,٧٪	١١٨	٧٨,٧٪	٣٢	٢١,٣٪	٩٣	٩٢,١٪	٨	٧,٩٪

الفكرة رقم (١٠)

« ينبغي أن ينزعج الفرد أو يحزن لما يصيب الآخرين من مشكلات وإضطرابات » .

وهذه الفكرة توضحها العبارات رقم (١٠ - ٢٣ - ٢٦ - ٤٩) . والتي يوضحها الجدول رقم (١٥) ومنه يتضح أن : - أن نسبة قبول المطلقات لهذه العبارة العقلانية بلغت (٨٣,٢ ٪) وكانت لدى المتزوجات بنسبة (٧٩,٣ ٪) ثم لدى غير المتزوجات بنسبة (٦٦,٠ ٪) ، كما أن العبارة رقم (٣٢) العقلانية بلغت نسبة قبول المطلقات لهذه العبارة (٨٣,٢ ٪) ثم المتزوجات فقد بلغت لديهن (٧٨,٠ ٪) بينما بلغت لدى غير المتزوجات (٧٠,٠ ٪) كما نلاحظ أن غير المتزوجات بلغت نسبة رفضهن لهذه العبارة العقلانية (٣٠,٠ ٪) وهي أعلى من نسبة المطلقات حيث بلغت لديهن (١٦,٨ ٪) في حين بلغت لدى المتزوجات بنسبة (٢١,٣ ٪) .

وكذلك نسبة قبول المطلقات للعبارة (٣٦) غير العقلانية بلغت (٧٩,٢ ٪) وكانت لدى المتزوجات بنسبة (٧٣,٣ ٪) ، أما غير المتزوجات فقد بلغت (٦٥,٣ ٪) .

ونلاحظ نسبة قبول المطلقات للعبارة (٤٩) غير العقلانية بلغت (٩٢,١ ٪) ولدى غير المتزوجات بنسبة (٧٩,٣ ٪) أما لدى المتزوجات فكانت بنسبة (٧٨,٧ ٪) .

ويتضح مما سبق أن : - أن المطلقات أكثر تبنياً للعبارة العقلانية التي تسرى (أن الشخص يجب أن لا يسمح لمشكلات الآخرين أن تمنعه من الشعور بالسعادة) .

ونلاحظ أيضاً الإنخفاض النسبي عند المتزوجات وغير المتزوجات في قبول عبارة حرمان الفرد نفسه من السعادة إذا لم يستطع إسعاد غيره ممن يعانون من الشقاء ومن المؤكد أن المشاركة الوجدانية مطلوبه بين الناس ولكن

ليس من المعقول أن يحرم الإنسان نفسه وأفراد أسرته من السعادة بسبب مشاكل الغير ، إذ ليس له ولا لأفراد أسرته ذنب فيها ، ولكن يحاول بقدر الإمكان المساعدة لتخفيف آلام الناس الآخرين ، وهذا بحد ذاته يضيف عليه وعلى أسرته مزيداً من السعادة ، وقد أثبتت دراسة (ماري حبيب - ١٩٨٢ م) أن من أسباب العلاقات الزوجية المتوترة اختلاف الضغوط والبناء النفسي للزوجين ومدى إدراكهم وتفاعلهم مع هذا التوتر لذلك نجد أن إرتفاع نسبة قبول العبارة غير العقلانية التي تقول : - (غالباً ما تؤرقني مشكلات الآخرين وتحرمني من الشعور بالسعادة) عند المطلقات أكثر إرتفاعاً من لدى المتزوجات وغير المتزوجات إذ أن هذا التوتر ينعكس على نفسياتهن ، وبالتالي على أفراد أسرهن ، كما نجد الإنخفاض النسبي للمتزوجات وغير المتزوجات في قبول العبارة غير العقلانية التي ترى أنه ليس من حق أي فرد أن يسعد وهو يرى غيره يتعذب ، بينما إرتفعت نسبة قبولها بشكل كبير عند المطلقات ، فهي تشكل درجة مرتفعة من المشاركة الوجدانية ، وهي تدل على أن هؤلاء المطلقات يتصفن بعاطفه مرتفعه ، فالعاطفة قد تظهر في المبادئ والمثل التي يسترشد بها الفرد في توجيه سلوكه ، رغم أنها معانٍ إجتماعية مجردة ، إلا أنها تتحول إلى تعصب أعمى ملئ بقوة انفعالية ، تجعل الفرد لايقبل سوى ما هو معتقه ، لذا فهذا هو السبب في رأي الذي أدى إلى إتشار هذه العبارة غير العقلانية بين المطلقات ، وفي رأي أن المطلقات اللاتي واجهن المشاكل في الحياه الزوجية ، وعانين من الفشل ، وحرمان الإستقرار والأمان الذي يلاقيه الناجحون في الحياه الزوجية ، وربما تلاقي المطلقات إضافة إلى كل هذا حرمان فلذات الكبد ، لذا يمكن القول أن في حياتهن معانٍ كثيرة للعذاب ، الأمر الذي يجعلهن أكثر إحساساً بالأم الآخرين ومعاناتهم وهذا هو السبب الرئيسي في تقبل المطلقات لهذه العبارة ، لا مجرد مبادئ ومثل لأنه من أين تأتي المبادئ والمثل إن لم تكن مستمدة من تجارب الحياه .

الجدول رقم (١٦)

يوضح التكرارات والنسب المئوية لعبارات الفقرة رقم (١١)

أرقام العبارات		غير المتزوجات = ١٥٠		المتزوجات = ١٥٠		المطلقات = ١٠١	
		نعم	لا	نعم	لا	نعم	لا
		تكرار	النسبة	تكرار	النسبة	تكرار	النسبة
العبارة رقم (١١)	١٢٤	٨٢,٧٪	٢٦	٨٤,٧٪	٢٣	٩١	٩٠,١٪
العبارة رقم (٢٤)	١١٧	٧٨,٠٪	٣٣	٨٣,٣٪	٢٥	٩١	٩٠,١٪
العبارة رقم (٢٧)	٩١	٦٠,٧٪	٥٩	٧٤,٧٪	٢٨	٧٢	٧١,٣٪
العبارة رقم (٥٠)	١٤٢	٩٤,٧٪	٨	٨٨,٧٪	١٧	٩٦	٩٥,٠٪

الفكرة رقم (١١) :-

« هناك دائماً حل مثالي وصحيح لكل مشكلة وهذا الحل لا بد من إيجاده وإلا فالنتيجة تكون مفرجه » وهذه الفكرة

توضحها العبارات رقم (١١ - ٢٤ - ٢٧ - ٥٠) والتي يوضحها الجدول رقم (١٦) ومن خلاله يتبين :-

* إن نسبة قبول العبارة رقم (١١) غير العقلانية بين المطلقات بلغت (٩٠ , ١ ٪) ثم لدى المتزوجات (٨٤ , ٧ ٪) ، ثم غير المتزوجات بنسبة (٨٢ , ٧ ٪) وهكذا نجد أن هذه العبارة أكثر إنتشاراً بين المطلقات ، ونلاحظ نسبة قبول العبارة رقم (٢٤) غير العقلانية كانت بين المطلقات (٩٠ , ١ ٪) وبين متزوجات بنسبة (٨٣ , ٣ ٪) ، أما غير المتزوجات فكانت بنسبة (٧٨ , ٠ ٪) .

وجاء ترتيب المتزوجات في قبول العبارة رقم (٢٧) كان بنسبة (٧٤ , ٧ ٪) تليهن المطلقات بنسبة (٧١ , ٣ ٪) ثم غير المتزوجات بنسبة (٦٠ , ٧ ٪) بينما بلغت نسبة الرفض لهذه العبارة من غير المتزوجات (٣٩ , ٣ ٪) . أما العبارة (٥٠) ، فجاء الترتيب الأول للمطلقات بنسبة (٩٥ , ٠ ٪) وكان لدى غير المتزوجات بنسبة (٨٤ , ٧ ٪) أما المتزوجات فكان بنسبة (٨٨ , ٧ ٪) وكذلك نلاحظ أن هذه العبارة كانت أكثر إنتشاراً بين المطلقات وغير المتزوجات وينسب متقاربة ، حيث بلغ الفرق بينهما (٢ , ٠ ٪) بينما إنخفضت النسبة لدى المتزوجات ، نلاحظ أن العبارة غير العقلانية التي تتضمن (أن كل مشكلة لها حل مثالي) كانت أكثر إنتشاراً ، بين المطلقات من المتزوجات وغير المتزوجات ، كذلك نجد أن المطلقات أيضاً كن أكثر تبنياً للعبارة غير العقلانية التي ترى (أن الفرد الذي يفشل في إيجاد حل مثالي لمشاكله لا بد أن يشعر بإضطراب شديد ، مما يدلنا على أثر التنشئة الاجتماعية عليهن لأن هذا الإضطراب الشديد الذي يشعرون به إنما يعود لأفكار ومواقف سابقة دألت تؤثر فيهن وتسبب لهن هذه الإضطرابات نتيجة فقدان الشعور بالأمن وفقدان الثقة بالنفس .

وطبقاً لما أثبتته دراسة (هوفمان ١٩٧٠م) ، بأن النساء أكثر قلقاً وإكتئاباً سواء كن مع أزواجهن متوفقين

زواجياً أو غير متوافقين . فربما هذا ما جعل المتزوجات يتبنين العبارة العقلانية التي ترى (ان من العبث أن يصير الفرد على إيجاد الحل المثالي لمشكلاته) ، ثم تليهن المطلقات . أما غير المتزوجات فليس لديهن المشاكل التي يتوقف عليها مصير أسرة ، فعالية مشاكلهن طفيفة إذا قيسست بمشاكل المتزوجات والمطلقات . لهذا لا بد من إيجاد حل عملي يعتمد على العقل للمشكلات التي تواجه المرأة . بدلاً من الإصرار على الحل المثالي وهذا ما تراه أيضاً المطلقات وغير المتزوجات . حيث حصلن على نسبة عالية في قبول هذه العبارة العقلانية ثم تليهن المتزوجات لأنه في الواقع لا نجد حل مثالي لكل المشكلات ولكن توجد حلول عملية مريحة وأقرب للواقع .

وبذلك نجد التوتر النفسي الذي يشعر به المرء عندما لا يبحث عن هذه الحلول لمواجهة المشكلة . بالإضافة الى التفكير المنطقي يتطلب أن يضع المرء عدداً من الحلول لمشكلته ويختار ما يناسبه منها .

الجدول رقم (١٧)

يوضح التكرارات والنسب المئوية لعبارات الفقرة رقم (١٢)

أرقام العبارات	غير المتزوجات = ١٥٠		المتزوجات = ١٥٠		المطلقات = ١٠١	
	نعم		لا		نعم	
	تكرار	النسبة	تكرار	النسبة	تكرار	النسبة
العبارة رقم (١٢)	٨٦	٥٧,٣ %	٦٤	٤٢,٧ %	٢٩	٢٨,٧ %
العبارة رقم (٢٥)	١٠٤	٦٩,٣ %	٤٦	٣٠,٧ %	١٣	١٢,٩ %
العبارة رقم (٢٨)	١٠١	٦٧,٣ %	٤٩	٣٢,٧ %	٢٤	٢٣,٨ %
العبارة رقم (٥١)	١١٠	٧٣,٣ %	٤٠	٢٦,٧ %	٩	٨,٩ %

الفكرة رقم (١٢) :-

« ينبغي أن تسم الشخص بالرسميه والجديه في التعامل مع الآخرين حتى تكون له قيمه أو مكانة محترمة بين الناس » .

وهذه الفكرة توضحها العبارات رقم (١٢ - ٢٥ - ٢٨ - ٥١) والتي يوضحها الجدول رقم (١٧) ومنه يتضح : أن نسبة قبول المتزوجات للعبارة رقم (١٢) بلغت (٧٢,٧ %) بينما كانت نسبة قبول المطلقات (٧١,٣ %) أما غير المتزوجات فكانت النسبة لديهن (٥٧,٣ %) في حين بلغت نسبة رفضها عند غير المتزوجات (٤٢,٠ %) .

وارتفعت نسبة قبول هذه العبارة رقم (٢٥) غير العقلانية لدى المطلقات بنسبة (٨٧,١ %) ولدى المتزوجات بنسبة (٦٩,٣ %) بينما هبطت نسبة قبولها عند غير المتزوجات إلى (٦٩,٣ %) وكانت نسبة رفضها لديهن (٣٠,٧ %) ونلاحظ أن نسبة قبول المتزوجات للعبارة (٢٨) العقلانية قد بلغت (٨٢,٧ %) ثم تليهن المطلقات بنسبة (٦٧,٣ %) ثم غير المتزوجات بنسبة (٦٧,٣ %) بينما بلغت نسبة رفض غير المتزوجات لها

(٣٢,٧ ٪) . كما أن إرتفاع نسبة قبول المطلقات لهذه العبارة العقلانية يدل على ميلهن للإنتلاق بون تقييد بالرسمية والجدة في الحياه ، مع عدم الأخذ بالعادات والتقاليد ، التي تحد من إنتلاق النساء في مجتمعاتنا بعين الإعتبار وقد بلغت نسبة قبول المطلقات لهذه العبارة العقلانية (٩١,١ ٪) ثم تليهن المتزوجات بنسبة (٨٠,١ ٪) ثم غير المتزوجات بنسبة (٧٣,٣ ٪) ومن خلال ما سبق : -

* نرى أن غير المتزوجات هن أكثر عقلانية في تقبل العبارة الغير العقلانية التي تطلب من المرء أن يكون جدياً ورسمياً ولا فقد إحترام الغير ، بينما ارتفعت نسبة قبولها لدى المتزوجات ثم المطلقات ، وقد إنعكست هذه النسبة في العبارة غير العقلانية الأخرى التي ترى : أن المرء يفقد هيئته وإحترام الناس له إذا أكثر من المزاح والمرح .

وليس من الضروري أن يفقد المرء المزاح وإحترام الناس له لأنه ضروري لابد أن يشعر المرء بالمرح ، فبعض الناس يميل إلى الإقلال من المرء والمزاح حتى يظهروا أكثر نضجاً ولكن شيئاً من المرء لا يفقد المرء هيئته وإحترام الناس له ، وإنما يفقدها عندما يمثل دور المهرج في كل الأوقات .

الجدول رقم (١٨)

يوضح التكرارات والنسب المئوية لعبارات الفقرة رقم (١٣)

أرقام العبارات		غير المتزوجات = ١٥٠				المتزوجات = ١٥٠				المطلقات = ١٠١	
		نعم		لا		نعم		لا		نعم	
		تكرار	النسبة	تكرار	النسبة	تكرار	النسبة	تكرار	النسبة	تكرار	النسبة
العبارة رقم (١٣)		٩٧	٦٤,٧ ٪	٥٣	٣٥,٣ ٪	٩٤	٦٢,٧ ٪	٥٦	٣٧,٣ ٪	٧٦	٧٥,٢ ٪
العبارة رقم (٢٦)		١١٥	٧٦,٧ ٪	٣٥	٢٣,٣ ٪	١١٥	٧٦,٧ ٪	٣٥	٢٣,٣ ٪	٧٦	٧٥,٢ ٪
العبارة رقم (٣٩)		٧٣	٤٨,٧ ٪	٧٧	٥١,٣ ٪	٨٨	٥٨,٧ ٪	٦٢	٤١,٣ ٪	٦٧	٦٦,٢ ٪
العبارة رقم (٥٢)		١٢٩	٨٦,٠ ٪	٢١	١٤,٠ ٪	١٣١	٨٧,٣ ٪	١٩	١٢,٧ ٪	٤٤	٤٣,٦ ٪

الفكرة رقم (١٣) :-

« لا شك أن مكانة الرجل هي الأهم فيما يتعلق بعلاقته مع المرأة » .

وهذه الفكرة توضحها العبارات رقم (١٣ - ٢٦ - ٣٩ - ٥٢) والتي يوضحها الجدول رقم (١٨) ومن خلاله

يتبين : -

* أن نسبة قبول المطلقات للعبارة العقلانية رقم (١٣) بلغت (٧٥,٢ ٪) ثم تليهن غير المتزوجات بنسبة

(٦٤,٧ ٪) ، ثم المتزوجات بنسبة (٦٢,٧ ٪) .

ونلاحظ أن الإنخفاض النسبي لهذه العياره لدى المتزوجات ربما يعود لنظرة المرأة التقليدية للرجل .

* ونجد نسبة قبول هذه العبارة رقم (٢٦) العقلانيه لدى المطلقات قد انخفضت بنسبة (٧٥,٢٪) . بينما نسوت بين المتزوجات وغير المتزوجات حيث بلغت (٧٦,٧٪) .

ونلاحظ أن نسبة قبول المطلقات للعبارة (٣٩) غير العقلانيه بلغت (٦٦,٣٪) ثم تليهن المتزوجات بنسبته (٥٨,٧٪) ثم غير المتزوجات بنسبة (٤٨,٧٪) ، كما نجد أن نسبة رفضها من المتزوجات وغير المتزوجات تفوق المطلقات ، حيث بلغت عند غير المتزوجات (٥١,٣٪) ، وبلغت نسبة الرفض عند المتزوجات (٤١,٣٪) ، أما المطلقات فنسبتهن (٢٣,٧٪) .

أما العبارة رقم (٥٢) هي أكثر العبارات غير العقلانيه رفضاً من قبل المطلقات فقد بلغت نسبة الرفض (٥٥,٤٪) ، أي أن أكثر من نصف العينة ترفض هذه العبارة بينما بلغت قبولها لديهن (٤٣,٦٪) . أما قبول هذه العبارة غير العقلانيه فكانت أعلى عند المتزوجات إذ بلغت النسبة لديهن (٧٨,٣٪) ، ثم تليهن غير المتزوجات بنسبة (٨٦٪) .

* ومن خلال ما سبق يتضح : -

أن العبارة العقلانية التي تدعو إلى : أن يتعامل الرجل مع المرأة على أساس المساواه قد بلغت نسبة المطلقات لها (٧٥,٢٪) بينما انخفضت عند غير المتزوجات والمتزوجات مما يدلنا على أن بعض الزوجات يفشلن في إقامه علاقه طيبه مع أزواجهن وربما يكون ذلك بسبب تكوينهن النفسي حسب الظروف والخبرات التي مروا بها في طفولتهن ومراهقتهن من مشاكل نفسيه كانت تهدد كيان أسرهن وتجعل الزوجه في تلك الأسر مشبعه برغبه التسلط والتحكم في الجنس الآخر وترغب بأن يكون لها مركز الصداره في الأسرة ، وأن يكون زوجها لا حول له ولا قوه فهذه الزوجه تكون غير قادره على إيجاد علاقه عاطفيه مع زوجها فتصبح مصدر قلق للزوج مما يؤدي إلى سوء العلاقه بينهما .

وينعكس هذا بالتالي على أفراد أسرتهما فينشأون محملين بتلك الرواسب والصوره المضطربه عن الأسرة مما يؤثر على أسرهم مستقبلاً ، فنلاحظ إنخفاض نسبة المتزوجات وغير المتزوجات في قبول هذه العبارة العقلانيه لأن بعض الزوجات يرغبن في وضع أزواجهن تحت سيطرتهن ، وهذا بالتأكيد ما يرفضه الرجل مما يؤدي إلى حدوث صدام عنيف بينه وبين زوجته وقد يساير الرجل زوجته في جميع طلباتها ويتفقد لها ماتريد ، ولكن هذا لن يستمر طويلاً ، إذ لابد أن يأتي موقف يرجعه إلى نفسه وعندئذ تكون ردة فعله كالطوفان . لاتبقى ولا تدر ، ويكون الخاسر الوحيد في هذا هي المرأة .

وقد دلت الأبحاث على أن محاوله السيطرة من قبل أحد الزوجين على الآخر يؤدي إلى الشعور بعدم الرضا لدى الزوجين وهذا ما أثبتته نتائج دراسته هوفان (١٩٧٠م) ، وماري حبيب (١٩٨٣م) .

التعليق على نتائج الدراسة وتفسيرها

xxxxxxxx

من خلال ما توصلت إليه نتائج الفروض ، يتضح أن الأفكار غير العقلانية كانت هي السائدة بين المطلقات ، هذه الأفكار التي سيطرت عليهن فغطت حياتهن الزوجية برداء مليء بالمشكلات والخلافات ، نتيجة لما اقتنعن به من أفكار غير منطقية كانت السبب في انفصالهن عن أزواجهن ، وماتتج عنه من اضطرابات نفسية لهن ولأبنائهن ، فغالبية أفراد العينة لديهن أطفال .

يتضح من دراسة الجداول ارقام (٦-٧-٨-٩-١٠-١١-١٢-١٥-١٦-١٧) والتي توضح النسب المئوية التي حصلت عليها المطلقات بأن أكثر العبارات غير العقلانية التي تبنيتهن المطلقات هي رقم (١١-١٧-٢٤-٢٩-٤٢-٤٩) ، ثم تليها العبارات غير العقلانية (١٤-٢٥-٢٢-٤١-٤٥) ، ثم تليها العبارات غير العقلانية الاتية (٢٨-٤-٣١-٧-٣٦) ، ويلاحظ أن أعلى حد لنسبة مئوية تمثل في العبارة رقم (١٧) ، حيث كانت نسبتها (٩٦٪) وتشترك المتزوجات مع المطلقات في ارتفاع نسبة قبولهن لها ، فقد بلغت النسبة المئوية في ذلك (٨٦٪) ، ومضمون العبارة هو : « الخوف من أن تسير على عكس مايرغبين ، وماكن يخططن له » ويلاحظ المطلقات أن النسب المئوية لجميع عبارات الفكرة رقم (٤) العقلانية وغير العقلانية كانت مرتفعة ، وهذه الفكرة هي « إذا لم تحدد الأمور التي يتوقعها الفرد ويتمناها ، فإنه يعتبر كارثه كبيرة ، ويفقد الأمل في أي شيء آخر » .

وهذا يدل على مدى تركيز الخوف في نفوسهن ، وكذلك فإن للفكرة رقم (٦) فجميع عباراتها كانت مرتفعة لدى المطلقات واتفقت المتزوجات مع المطلقات في جميع الفقرات ، ماعدا العبارة رقم (١٩) العقلانية ، حيث انخفضت النسبة المئوية لدى المتزوجات فيها ، بينما انخفضت النسبة المئوية لدى غير المتزوجات في العبارات (٦-١٩-٤٥) ، ولكنهن اتفقن في العبارة غير العقلانية ذات الرقم (٢٢) ، والتي تتضمن « أن الفرد لابد ان يكون حذراً ومستيقظاً حتى لاتقع الحوادث والكوارث » .

ونجد أن النسب المئوية كانت مرتفعة لدى الفئات الثلاث في الفكرة رقم (٢) ، التي مضمونها « أنه يوجد بعض الأفراد ذوي النفوس الشريرة والدينية ، وهؤلاء لابد من إنزال العقوبة بهم » ويوضح الجدول رقم (٢٠) أن المتزوجات يشتركن مع المطلقات في تسع عبارات غير عقلانية ، ونجد أن النسبة المئوية لخمس عبارات مشتركة بين المتزوجات والمطلقات مرتفعة ، وهي (٢٩-٤٢-١٧-١١-٢٤) بينما اشتركت غير المتزوجات مع المطلقات في أربع عبارات وهي (٢٩-٤٢-٢٢-١١) ونلاحظ أيضا أن النسبة المئوية في هذه العبارات كانت مرتفعة أيضاً .

ونستنتج من ذلك أن المطلقات يتسمن بالقلق والخوف من الحاضر ومن المستقبل ، إضافة إلى عدم ثقتهم بالمحيطين بهن ، وعدم المرونة في حياتهن الخاصة وفي تعاملهن مع الآخرين ويملن إلى السيطرة والسلطة والتحرر من القيود الاجتماعية والانطلاق بمعنى (أنا حرة هذه حياتي) ، ولكن المجتمع لا يفهم ذلك ، إنما لابد من مراعاة ما اتفق عليه أفرادهم من قوانين اجتماعية والسير عليها ويلاحظ أن المطلقات حصلن على أدنى نسبة مئوية للقبول للعبارة رقم (٥٢) غير العقلانية ونسبة (٤٣,٦ ٪) وتتضمن العبارة القول : (من العيب على الرجل أن يكون تابع للمرأة) بينما أدنى نسبة مئوية للمتزوجات فهي (٥٤,٠ ٪) وذلك بالنسبة للعبارة (٢٨) ، والتي مضمونها : (أشعر بأن لاقيمة لي إذا لم أنجز الأعمال الموكلة إلي بشكل يتصف بالكمال ، مهما كانت الظروف) وأما غير المتزوجات فكانت أدنى نسبة مئوية هي (٢٧,٣ ٪) للعبارة رقم (٢٠) ، والتي محتواها (أشعر إن السعادة هي في الحياة السهلة ، التي تخلو من تحمل المسؤولية ومواجهة الصعوبات) .

ورغم الارتفاع الملحوظ في جميع عبارات الاختبار العقلانية وغير العقلانية إلا أن هؤلاء المطلقات هن أكثر شفافية وإحساساً بالغير ، ونلاحظ هذا في النسبة المرتفعة التي حصلن عليها في قبولهن للعبارة التي ترى : (أن على الإنسان أن لا يسعد وهو يرى غيره يتعذب) فقد بلغت النسبة في ذلك (٩٢,١ ٪) .

جدول رقم (١٩) يوضح النسب المئوية والعبارات غير العقلانية لدى المطلقات

رقم الفكرة	رقم العبارة	العبارات	النسبة المئوية للعبارة
١١	١١	أعتقد أن هناك حل مثالي لكل مشكلة لابد من الوصول إليها .	٪ ٩٠,١
	٢٤	أشعر باضطراب شديد حين أقفل في إيجاد الحل الذي اعتبره حلاً مثالياً لما أواجه من مشكلات .	٪ ٩٠,١
٤	١٧	أتخوف من أن تسير الأمور على غير ما أريد .	٪ ٩٦,١
٣	٢٩	بعض الناس مجبولون على الشر والخسة والندالة ، ومن الواجب الابتعاد عنهم واحتقارهم .	٪ ٩٠,١
	٤٢	لا أتردد في لوم وعقاب من يؤذي الآخرين ويسيء إليهم .	٪ ٩٣,١
١	١٤	يزعجني أن يصدر عني أي سلوك يجعلني غير مقبول من قبل الآخرين .	٪ ٨٩,١
١٢	٢٥	يفقد المرء هيئته واحترام الناس له إذا أكثر من المرح والمزاح .	٪ ٨٧,١
٦	٣٢	يجب أن يكون الشخص حذراً ويقظاً من إمكانية حدوث المخاطر .	٪ ٨٨,١
٢	٤١	أو من أن عدم قدرة الفرد على الوصول إلى الكمال فيما يعمل ، لا يقلل من قيمته .	٪ ٨٧,١
٦	٤٥	ينتابني خوف شديد من مجرد التفكير بإمكانية وقوع الحوادث والكوارث .	٪ ٨٣,٢
٢	٢٨	أشعر بأن لاقية لي إذا لم أنجز الأعمال الموكلة إلي بشكل يتصف بالكمال مهما كانت الظروف .	٪ ٧٧,٠
٤	٤	لا أستطيع أن أقبل نتائج أعمال تأتي على غير ما أتوقع .	٪ ٧٥,٢
٥	٣١	أؤمن بأن الحظ يلعب دوراً كبيراً في مشكلات الناس وتعاستهم .	٪ ٧٨,٢
٧	٧	أفضل تجنب الصعوبات بدلاً من مواجهتها .	٪ ٧٥,٢
١٠	٣٦	غالبتي ما تؤرقني مشكلات الآخرين وتحرمني من الشعور بالسعادة .	٪ ٧٩,٢
٥	٤٤	أؤمن بأن الظروف الخارجة عن إرادة الإنسان غالباً ما تقف ضد تحقيقه لسعادته .	٪ ٨٨,١

كذلك نلاحظ أن المتزوجات وغير المتزوجات يشتركن مع المطلقات في بعض العبارات وهي
متسلسلة في الجدول رقم (٢٠) كالآتي :

جدول يبين النسب المئوية المشتركة
بين الفئات الثلاث

رقم الفكره	رقم العبارة	غير المتزوجات النسبة المئوية	المتزوجات النسبة المئوية	المطلقات النسبة المئوية
٢	٤١	-	٪ ٨٥,٣	٪ ٨٧,١
٣	٢٩	٪ ٨٢,٠	٪ ٨٢,٠	٪ ٩٠,١
٤	٤٢	٪ ٨٢	٪ ٨٢	٪ ٩٣,١
٤	١٧	-	٪ ٨٦	٪ ٩٦,١
٥	٤٤	-	٪ ٨٨,٧	٪ ٨٨,١
٦	٣٢	٪ ٨٥,٣	٪ ٨٨,٠	٪ ٨٨,١
١	٤٥	-	٪ ٨٨,٠	٪ ٨٣,٢
١١	١١	٪ ٨٢,٧	٪ ٨٤,٧	٪ ٩٠,١
٣	٢٤	-	٪ ٨٣,٣	٪ ٩٠,١
١٣	٥٢	٪ ٨٦,٠	٪ ٨٧,٣	-

(وبناء على النتائج السابقة ، فإننا نستطيع أن نقول أن اعتناق الأفكار غير العقلانية يؤدي إلى فشل الحياة الزوجية ، باعتبار أن التفكير غير العقلاني يرجع أصله إلى التعلم المبكر غير المنطقي ، وإلى عوامل التنشئة الاجتماعية التي يكتسبها عن طريق والديه والمحيطين به)
فمن بعض الدراسات حول تأثير الجو الأسري الذي يعيشه الطفل في سنوات عمره الأولى وبين تأثير ذلك على حياته الزوجية . دراسة تيرمان Terman (١٩٦١ م) فقد توصل إلى أن الأطفال الذين ينحدرون من أسر تتميز بالسعادة الزوجية للوالدين ، فإنهم عندما يصلون

إلى سن الشباب ، يصبح لديهم حكم تقييمي لتطور السمات الخاصة بالاستعداد
للزواج ، وبالتالي الاحتمال الأكبر لنجاحه .

ولهذا نرى أن النجاح في الزواج أو فشله تنشأ البذور الأولى له من خبرات الطفولة
والعلاقات الأسرية ، إذ يعتمد في نجاحه وفشله في الزواج على ما ارتبط في ذهنه من
أفكار ومعتقدات حول الزواج والأسرة ، وما يراه من التبادل العاطفي بين أفرادها أو
عدمه ، وفي كل الزوجات يطلب كل زوج من الآخر أن يهبه الحب ، وأن يفهمه ، وأن
يتعامل معه بطريقة راقية ، ويشعر كل منهما الآخر بقيمته بالاستحسان .

وفقاً لنتيجة الفرض الرابع فإننا نلاحظ انتشار الأفكار غير العقلانية بين الأكبر من
اثنين وعشرين سنة ، وهنا يعود كما سبق ذكره إلى التنشئة الاجتماعية لهن ، بالإضافة
إلى التطورات التي حصلت في المجتمع من خروج المرأة للدراسة والعمل واختلاطها
بثقافات أخرى أثناء ذلك مما يؤدي إلى تغير نظرتها ، وكذلك اعتمادها اقتصادياً على
نفسها ، ولاننسى ما للمجلات والكتب ووسائل الإعلام الأخرى من تأثير على تغيير
الأفكار ، التي تكون أحياناً مغايرة لعادات وتقاليد البيئة المحيطة ، فنجدها تعاني من
الشعور بعدم الأمان ، فيؤدي هذا إلى إصابتها بالاضطراب والإرهاق العصبي ، ويختل
توازنها النفسي والوجداني وكذلك الخوف من المستقبل ، والشعور بالضياع ، وتحمل
مسئولية الشريك في الحياة ، والتناقض بين الواقع الذي تعيش فيه ، وبين معتقداتها ،
كل ذلك وغيره يعمل على رسوخ الأفكار والمعتقدات غير العقلانية لديها أكثر .

لاحظنا من نتائج الفرض الخامس أنه كلما طالت مدة الزواج كلما كان تبني
الأفكار العقلانية أكثر .

بينما انخفضت نسبة تبني الأفكار غير العقلانية بين غير المتزوجات والمطلقات .

ربما يعود هذا إلى التغير الذي يحدث للزوجين خلال مراحل حياتهما المشتركة ، بتعرض الزواج لتلك التغيرات العديدة ، ومن ضمنها معرفة أحدهما للآخر ، فإنها تزداد مع مرور الوقت ، بحيث يصبح مايتوقعه أحدهما من الآخر ليس جديداً ولا مثيراً .

كذلك فإن درجة المثالية التي يتوقعها كل منهما في الآخر تتناقص ، وتظهر قيم جديدة ، فيستطيعان خلق عالم خاص بهما ويعملان على مواجهة المتاعب وحل المشاكل معاً ، مما يؤدي إلى إيجاد رابطة وثيقة بينهما .

وقد دلت أغلبية الدراسات على أن الطلاق يحدث في السنوات الخمس الأولى ، ثم يقل بعدئذ ربما يعود ذلك إلى أن الأمور تكون قد استقرت بين الأزواج ، ولكن هذا لا يمنع من وقوع طلاق بعد ذلك ، ولكنه يكون أقل من الطلاق في السنوات الخمس الأولى .

ففي دراسات خليجية وسعودية فقد أوضحت دراسة عبد الله عبد الرحمن الفيصل في مدينة الرياض على أن :

(٢٧,٩ ٪) من حالات الزواج لم تدم سنة واحدة ، كما أن (٥٠ ٪) من حالات الزواج لم تدم أكثر من (٢) سنوات .

وكذلك قد أسفرت دراسة (ثروت شلبي ١٩٩٠م) في مدينة جدة على أن أكثر نسبة طلاق حدثت خلال السنة الثانية للزواج قد بلغت (٢١ ٪) ، ثم تليها السنة الثالثة (٢٠ ٪) ، أما السنة الأولى فبلغت نسبتهم (١٩ ٪) ، بينما تساوت النسب في السنة الرابعة والخامسة ، فبلغت (١٨ ٪) . ثم أخذت تقل بعد ذلك .

وتقول (سهير المدفع) وأخريات في دراستها حول الطلاق وأسبابه وآثاره الاجتماعية في مجتمع الامارات :

غالباً ما يكون لدى الزوجين عند الطلاق طفل أو طفلين ، وهذا الأمر مرتبط بأن الفترة التي يقضيانها معاً غالباً ما تقل عن أربع سنوات .

وفي دراستنا هذه دلالة على أن طول مدة الزواج يقلل من الأفكار غير العقلانية ، فيصبح الزوجين أكثر واقعية وانسجاماً مع الحياة الزوجية ، وإن حصل طلاق بعد طول مدة الزواج ، فهذا يدل على أن هناك تغييراً طرأ على البناء الأسري والزواجي ، فهنا الطلاق .

نموذج مقترح في الإرشاد الزواجي

xxxxxx

إن النتائج تشير إلى أهمية النضج العقلاني والانفعالي ، وهذا لا يمكن أن يكون إلا إذا حدث الاختيار المناسب للقرين - وصدق الرسول صلى الله عليه وسلم في قوله : « تحرروا لنطفكم فإن العرق دساس » ، فهذه مسئولية الرجل عند اختيار أما لأبنائه ، وكذلك مسئولية ولي أمر المرأة ، فلكي نضمن نساءً ورجالاً للمستقبل لابد أن يكون الأساس سليماً .
(البيهقي - ١٩٦٩ ص ٦٦)

وعموماً فإن النجاح أو الفشل في الزواج يرجع إلى درجة النضج في جميع الجوانب الهامة في شخصية الرجل أو المرأة ، والتي تؤدي للتوافق بين الزوجين ، فالإنسان بطبيعته يلزمه سنوات من الخبرة قبل أن يصل نضجه إلى درجة كافية للنجاح في الزواج .

فعندما ينضج الفرد فإنه يستطيع أن يتعامل بصورة مقبولة اجتماعياً ومنطقياً مع الجنس الآخر ، وتكون علاقتهما تبعاً لذلك ناضجة من حيث قدرتهما على تحمل المسئولية والاتفاق في الميول والرغبات ، وتصبح لديهما رغبة أكيدة في الاستقرار ، وإقامة منزل الزوجية ، كما يقابلان مشاكلهما بطرق فعالة بناءة بعيداً عن الفوضى ، ويصبحان أكثر إدراكاً لحقائق الأمور بعيداً عن الرومانسية .

كما أن الشخص الناضج انفعالياً لا يختل توازنه بخيبة أمل أو إحباط ولا يتعرض لتثبيط همته أو عزيمته .

فالسّمات العقلانية لابد أن تتغلب على الجانب العاطفي ، فنلاحظ أن المرأة تستخدم أكثر الجانب العقلي لحل الصراع ، كما أنها تهتم بالعالم الخارجي بما فيه من تفاصيل مادية أكثر من اهتمامها بالجوانب الأخرى ، حتى العلاقات العاطفية التي كثيراً

من النساء محرومات منها ، فإن المرأة تحافظ على رابطة الزواج ، لأنها ترى أن الطلاق سيؤدي إلى خسائر تفوق خسائر الإبقاء على الزواج ، الذي لا يحقق لها ماتطلبه من إشباع عاطفي .

علاج أسباب الطلاق :

لكل داء دواء حتى إن كان نفسياً واجتماعياً ، وحتى تتجح في تفادي الطلاق ، لابد أن يشترك الزوجان في ذلك ، ويرغبان فيه فعلاً .

من أهم حقوق الزوجة على زوجها حسن المعاشرة وطيب المعاملة ، والإسلام يحث على معاملة الزوجة معاملة كريمة ، تتناسب مع رباط الزواج الكريم ، ففي الحديث الشريف « أكمل المؤمنين إيماناً أحسنهم خلقاً ، وخياركم خياركم لنسائهم » .

(أبو داود - ١٩٧٤ - ج ٥ - ص ٦٠)

فالإسلام جعلها علاقة إنسانية ، تتناسب مع ما أمر الله به الإنسان من عقل وحكمة ، من قلب يشعر بالمحبة والمودة . فقد نكر الرسول أفضل الصلاة والسلام عليه ذلك في أكثر من مناسبة .

ويدخل في نطاق المعاملة الحسنة أن يتذكر الرجل المناسبات السعيدة لزوجته ، ويتقدم إليها بالهدايا ، حتى وإن كانت رمزية . فمثل هذا العمل يزيد من حبها ومودتها لزوجها ، والتفاني في الإخلاص له .

وكذلك فإن الزوج مطالب ألا يترفع على زوجته ، ويعتبرها شيئاً مهماً ، فذلك إهانة لها ، وليتذكر دائماً أنه هو الذي اختارها ، وأن يراعى التقارب الاجتماعي بينه وبين من يريد أن يختارها زوجة له عند البحث عن الزوجة الصالحة ، ولايجرى وراء بعض النزوات والخيالات ، وكذلك على أهل الزوجة أن يختاروا لابنتهم الزوج الذي يراعى الله فيها ، فيكفي أولياء الأمور قوله ﷺ :

﴿ النكاح رق ، فليُنظر أحدكم أين يضع كريمته ﴾ . (ابن حجر - ١٣٥١ - ص ٦٦)

وعلى الزوجة أن تكون أمام زوجها في أحسن صورة ، وألا تواجهه بمشاكل البيت بمجرد دخوله عليها بل يجب أن تنتظر حتى يستريح ، وتختار لذلك الأوقات المناسبة ، وكذلك عليها الاعتناء بخدمة بيتها ، ونظافة نفسها وأولادها وطعامها وشرابها ، فالنظافة من الإيمان .

وعلى الرجل أن يلتزم بما جاء في القرآن الكريم في شأن اصلاح المرأة وتقويمها وعليها أن تعترف بقوامة الرجل عليها إذ يقول سبحانه وتعالى ﴿ الرجال قوامون على النساء بما فضل الله بعضهم على بعض ، وبما أنفقوا من أموالهم فالصالحات قانتات حافظات للغيب بما حفظ الله واللاتي تخافون نشوزهن فعظوهن وأهجروهن في المخاضع واضربوهن فإن أطعنكم فلا تبغوا عليهن سبيلاً إن الله كان علياً كبيراً ﴾ سورة النساء - آية رقم (٢٤) .

والضرب هنا ، ضرب تأديب ، وليس ضرب تعذيب .

وفي مجال الخلاف والمنازعات لابد من مراعاة ما جاء في كتاب الله الكريم من محاولات للإصلاح بين الطرفين ، وألا يسارع أحدهما إلى طلب الطلاق ﴿ فإن خفتم شقاق بينهما فابعثوا حكماً من أهله وحكماً من أهلها إن يريدوا إصلاحاً يوفق الله بينهما إن الله كان عليماً خبيراً ﴾ . سورة النساء آية (٣٥) .

وعند حدوث مشاكل لابد أن يتعاونوا على حلها ، وتبادل المساعدة ومناقشة جميع الأمور مع بعضهما ، فهذا يؤدي إلى تباعد المشاكل وتناقص حدوثها ، فالقدرة على التفاهم والاتصال ، فهي بلاشك مفتاح السعادة .

ويستحب من الرجل الاستماع إلى دردشة الزوجة ، والانتباه إلى أقوالها ، وأن يتركها تتكلم على سجيته ، حتي في أسوأ حالاتها ، فهذا يتيح له أن يفهم مشاعرها ،

ويعرف بالتالي ما الذي من أوجد لديها هذه المشاعر التي تتحكم في تصرفاتها . مما يخلق بين الزوجين جواً من التفاهم يدفعهما لأن يتصارحا ويسرد كل منهما ما يراه في الآخر من سلبيات أو مضايقات في شريك حياته ، ويحدثه عن الأمنى ، والاهتمامات المشتركة ، عندما يتوفر كل هذا بين الطرفين يزيد من فرص إجراء الحوار والتفاهم المتبادل ، وحين يصل الطرفان إلى مستوى الاشتراك في أحلام واحدة ، ويعملان معاً على تحقيقها ، فالمشاكل اليومية والأزمات الكبيرة لا يمكن أن تقف في وجه سعادتهما الزوجية

وهكذا يسود بينهما كل الود والتفاهم إلى إدخال عنصر التشويق والجدة في حياتهما الزوجية ، وبالرغم من أن كل زوج يريد في شريك حياته أن يفهمه ويعتمد عليه ، إلا أنه يحتاج إلى التشويق والجدة في حياته الزوجية .

وعلى الطرفان أن يبذلا جهداً لتقييم وتقدير بعضهما البعض ، فالعلاقة بينهما لا بد أن تقوم على التقدير المتبادل حتى في أثناء الحوار العادي والمشاكل البسيطة .

وإن الحب قابل للنمو بصفة دائمة إذا ما أولاه الطرفان قدراً من الوقت والجهد والعناية ، كما أن التلقائية والمرونة يمكنهما أن توفرأ فرصاً جديدة ، يكشف من خلالها كل طرف آفاقاً جديدة في الطرف الآخر .

وأخيراً فإن العلاقات الإنسانية هي العامل الأول والأخير ، بل هي كل العوامل في سبيل استمرار الحياة الزوجية السعيدة ، فعلى الزوجين أن يسلكا إليها كل سبيل ونلاحظ ذلك في :

قصة الرجل الذي جاء إلى عمر بن الخطاب يريد أن يطلق زوجته ، فسأله عن سبب ذلك ، فقال إني لا أحبها . فقال له عمر : ويحك وهل تبني البيوت على الحب ؟ . فأين الرحمة ؟ وأين المودة ؟ وأين العقل ؟ وأين التفكير المنطقي والعقلاني ؟ .

التوصيات

توصيات عملية

١ - في تطبيق عملي لنتائج الدراسة التي تم التوصل اليها تقترح الباحثة بفتح مكاتب للإرشاد الزوجي يكون بعضها تابعة للمستشفيات ، وبعضها تابعة لوزارة العمل والشئون الاجتماعية بإعتبار أن الإرشاد الزوجي يساعد الفرد في اختيار شريك حياته ، كما يوجهه للاستعداد للحياة الزوجية والدخول فيها ، وحل ما قد يطرأ من مشكلات زوجية قبل الزواج وأثنائه ، وبعده ، بالإضافة إلى أنها تعتبر من أهم خدمات الرعاية النفسية للأزواج والزوجات .

٢ - فتح مكاتب خاصة للعلاج العقلاني والانفعالي لمعالجة الخلافات الزوجية ، بإعتبار أن البداية للعلاج العقلاني الانفعالي تكون بعلاج الخلافات والمشاكل الزوجية . كما أرى أن ذلك يناسب هذا النوع من الاضطرابات الزوجية .

دراسات مقترحة :

× تأثير هذه الدراسة العديد من الدراسات الأخرى مثل :

- ١ - تطبيق نفس الدراسة على مناطق المملكة السعودية الأخرى .
- ٢ - تطبيق نفس الدراسة على المتزوجين من الرجال والمطلقين .
- ٣ - دراسة تتناول تطبيق العلاج العقلاني لانتهاء الخلافات الزوجية .
- ٤ - دراسة تتناول أثر وسائل الإعلام في توعية الأزواج والزوجات بمخاطر الأفكار والقيم غير العقلانية وغير المنطقية .
- ٥ - دراسة استطلاعية لمعرفة العوامل المؤدية للخلافات الزوجية ، ومن ضمنها الأفكار غير العقلانية .

المراجع العربية

١ - ادريس - احمد - حقوق الزوجين - دراسة نقدية لقانون الاحوال الشخصية - الدار السعودية للنشر والتوزيع .

٢ - الأزدي - سليمان بن الأشعث - سنن أبو داود - تعليق عزت عبد الله الدعاس وعادل السيد حمص - دار الحديث - ١٩٧٤ م .

٣ - أسعد - ميخائيل - أنزع القناع عن نفسك - دار الافاق الجديده بيروت - ١٩٨٨ م .

٤ - الانصارى - محمد بن مكرم - لسان العرب - ج ٢ - الدار العربية والتأليف والترجمة

٥ - باترسون - س . ه - نظريات الارشاد والعلاج النفسى - ترجمة حامد عبد العزيز الفقى - دار القلم - الكويت - ١٩٨١ م .

٦ - بدوي - أحمد زكي - معجم مصطلحات العلوم الاجتماعية - مكتبة لبنان - بيروت ١٩٧١ م .

٧ - بركات - محمد خليفه - عيادات العلاج النفسى والصحة النفسى - دار القلم - الكويت - ١٩٧٨ م .

٨ - بلال محمد بلال وآخرون - المطلقات في الامارات - مكتبة القراءة للجميع للنشر والتوزيع - دبي - ١٩٩٠ م .

٩ - بيتش - هارولد ريجنالد - تعديل السلوك البشري - ترجمة فيصل الزراد - دار المريخ للنشر - الرياض - ١٩٩٢ م .

١٠ - البيهقي - معرفة السنن والآثار - تحقيق السيد احمد صقر - المجلس الاعلى الاسلامي - القاهرة - ١٩٦٩ م .

١١ - الترمذي - محمد عيسى - سنن الترمذي - مكتبة التربية لدول الخليج العربي - الرياض .

١٢ - الجزيري - عبد الرحمن - الفقه على المذاهب الاربعه - ط ٤ - المكتبة التجارية الكبرى بمصر .

- ١٢- حنبل - أحمد - المسند - شرحه ووضع قهارسه - أحمد محمد شاكر - دار المعارف - القاهرة - ١٣٧٢ هـ .
- ١٤- الحجاج - مسلم - صحيح مسلم ٢٦١ م - تحقيق عبد الله أحمد أبو زينه - دار الشعب - القاهرة .
- ١٥- الخشاب - ساميه مصطفى - الفتاة المعاصره والزواج - دار الثقافه العربيه - القاهرة .
- ١٦- الخشاب - ساميه مصطفى - النظريه الاجتماعيه ودراسة الاسره - الفصل الثاني - دار المعارف - القاهرة .
- ١٧- الخشاب - مصطفى - دراسات في المجتمع العائلي - دار النهضة العربيه - بيروت - ١٩٨١ م .
- ١٨- الخشاب - مصطفى - علم الاجتماع العائلي - لجنة البيان العربي - ١٩٨٥ م .
- ١٩- الدسوقي - مديحه منصور سليم - سيكولوجية المرأة - دار النهضة العربيه - القاهرة .
- ٢٠- راجح - أحمد عزت - اصول علم النفس - ط ٩ (١٩٧٣) المكتب العربي الحديث للطباعة والنشر - الاسكندريه .
- ٢١- الزراد - محمد خير وعطوف محمد ياسين - دراسة تشخيصيه لظاهرة الطلاق في دولة الامارات المتحده - دار القلم للنشر والتوزيع - دبي (١٩٨٧ م) .
- ٢٢- الساعاتي - ساميه - الاختبار الزواج والتغير الاجتماعي - دار النجاح - بيروت ١٩٧٣ م .
- ٢٣- سرى - اجلال محمد - علم النفس العلاجي - الناشر عالم الكتب - القاهرة - ١٩٩٠ م .
- ٢٤- السيوطي - جلال الدين عبد الرحمن - تنوير الحوالك وشرح الموطأ - مطبعة البابي الحلبي - القاهرة .
- ٢٥- السيوطي - جلال الدين عبد الرحمن - آداب الخطوبه والزواج - حققه وخرج احاديثه محمد نصار - مكتبة التراث الاسلامي - القاهرة .

٢٦- سماره - عزيزة وعصام تمر - محاضرات في التوجيه والارشاد - ط ٢ - دار الفكر للنشر والتوزيع - عمان - الاردن - ١٩٩٢ م .

٢٧- الشافعي - احمد محمود - الطلاق وحقوق الاولاد والاقارب - الدار الجامعية - ١٩٨٧ م .

٢٨- شلبي - ثروت محمد - الطلاق والتغير الاجتماعي في المجتمع السعودي - كلية الآداب - جامعة الزقازيق - دار المجمع العلمي - جدة - ١٩٩٠ م .

٢٩- الشوكاني - محمد علي - نيل الاوطار من اسرار منقلى الاخبار - مطبعة البابي الحلبي - القاهرة - ١٢٩٧ هـ .

٣٠- صبيح - صلاح عطيه - العادات الاجتماعية لدورة الحياة في المجتمع الكويتي - ط ٢ - مؤسسة الصباح - الكويت - ١٩٨٠ م .

٣١- عاقل - فاخر - اعرف نفسك - ط ٢ - دار القلم للملايين - بيروت لبنان - ١٩٨٦ م .

٣٢- العساف - صالح احمد - المدخل إلى البحث في العلوم السلوكية - الناشر شركة العبيكان للطباعة والنشر - الرياض - ١٩٨٩ م .

٣٣- العسقلاني - صالح احمد - بلوغ المرام من جميع أدلة الأحكام - مطبعة مصطفى البابي الحلبي - القاهرة ١٣٥١ هـ .

٣٤- علي - ناصف منصور - التاج الجامع للاصول من احاديث الرسول صلى الله عليه وسلم - مطبعة البابي الحلبي - القاهرة .

٣٥- العيتاني - مها - مطلقات لماذا ؟ - سلسلة الحسناء العصرية - تصدر عن شركة الفنيق - ش . م . م - بيروت - لبنان .

٣٦- العبيد - ابن دقيق - شرح الاربعة حديث أننويه - مؤسسة الطباعة والصحافة والنشر - جدة .

٣٧- العيسوي - عبد الرحمن - الاسلام والعلاج النفسي - دار الفكر الجامعي - الاسكندرية - ١٩٨٦ م .

- ٣٨- غالب - مصطفى - الحياة الزوجية وعلم النفس - مكتبة الهلال - بيروت - ١٩٨٣ م .
- ٣٩- غالب - مصطفى - العلاقات الزوجية - دار الهلال - بيروت - ١٩٧٩ م .
- ٤٠- فهمي - مصطفى - الصحة النفسية - دراسات سيكولوجية - التكيف - ط ٢ - مكتبة الخانجي - القاهرة - ١٩٨٧ ك .
- ٤١- فايز - احمد - طريق الدعوة في ظلال القرآن - لا يوجد فيه اسم الناشر او المطبعة .
- ٤٢- الفيروز ابادي - محمد بن يعقوب مجد الدين - ترتيب القاموس المحيط ط ٢ - تحقيق مكتبة التراث - بيروت - لبنان - ١٩٨٧ م .
- ٤٣- فيض الله - محمد فوزي - الطلاق ومذاهبه في الشريعة والقانون - مكتبة المنار - الكويت .
- ٤٤- القوصي - عبد العزيز - اسس الصحة النفسية - ط ٧ - مكتبة النهضة المصرية - القاهرة - ١٩٨٢ م .
- ٤٥- القرطبي - محمد بن احمد بن محمد - الجامع لاحكام القرآن - دار المعرفة للطباعة والنشر - بيروت - لبنان .
- ٤٦- قدامه - موفق الدين - المغنى - دار الكتاب العربي للنشر والتوزيع - بيروت .
- ٤٧- كورى - جيرالد - الارشاد والعلاج النفسي بين النظرية والتطبيق - ترجمة طالب الخفاجي - توزيع المكتبة الفيصلية - ١٩٨٥ م .
- ٤٨- لطفي - عبد الحميد - علم الاجتماع - الناشر دار المعارف بمصر - بدون تاريخ .
- ٤٩- محجوب - محمد علي - الاسره واحكامها في الشريعة الاسلاميه - دار الحرية للنشر - القاهرة - ١٩٨٣ م .
- ٥٠- مارك - انوار وستر - قصة الزواج - ترجمة عبد المنعم الزبادي - مكتبة نهضة مصر ومطبتها .
- ٥١- مرزوق - اسعد - موسوعة علم النفس - مراجعة عبد الله عبد الدائم - ط ٢ - المؤسسة العربية للدراسات والنشر - بيروت - لبنان - ١٩٧٩ م .

٥٢- ماجه - محمد بن يزيد - سنن ابن ماجه - حققه وصنع منها رسه محمد مصطفى الاعظمي
- شركة الطباعة العربيه السعوديه - الرياض - ١٢٧٣هـ .

٥٣- نجيب - عماره - الاسره المثلث في ضوء القرآن والسنة - ط ٢ - مكتبة المعارف - الرياض
- ١٩٨٦م .

٥٤- يونس - الفاروق احمد زكي - الخدمه الاجتماعيه والتغير الاجتماعي - عالم الكتب -
١٩٧٨م .

دراسات علميه وبحوث في مجالات علميه :

٥٥- باقادر - أبو بكر أحمد - اتجاهات الزواج في مدينة جده في ضوء عقود الزواج - مجلد (٥)
- مجلة الاداب والعلوم الانسانيه - الناشر مركز النشر جامعة الملك عبد العزيز - ١٩٨٥م .

٥٦- ابراهيم - علي ابراهيم - دراسة امبريقه في ضوء نظرية اليس للعلاج العقلاني الانفعالي
لدى عينه من البنين والبنات بجامعة قطر - مجلة البحث في التربيه وعلم النفس - كلية
التربيه - جامعة المنيا - الجزء الأول - المجلد الخامس - ١٩٩١م .

٥٧- بنا - نادية أميل - مدى انطباق الصور الوالديه على الزواج وعلاقتها بالتوافق الزوجي
واختيار القرن - الجمعيه المصريه للدراسات النفسيه - الكتاب السنوي - السنه الثانيه -
كلية البنات - جامعة عين شمس - ١٩٧٥م .

٥٨- جورج - انطوانيت - دراسة استطلاعيه عن ديناميات التوافق في الحياة الزوجيه - دراسة
تجريبيه - رساله ماجستير - جامعة عين شمس - ١٩٦٦م .

٥٩- حبيب - ماري عبد الله - الادراك المتبادل للزوجين في العلاقات الزوجيه المتوتره - دراسة
فينومولوجيه اكلينيكيه - رساله دكتوراه - كلية البنات - جامعة عين شمس .

٦٠- حسين - عبد الله غلوم - ظاهرة تأخر الزواج في المجتمع الحضري في الكويت - سلسلة
الدراسات الاجتماعيه والعماليه - العدد (٩) - ١٩٨٧م .

٦١- دسوقي - راوية محمود حسن - التوافق الزوجي - رسالة دكتوراه - رسالة ماجستير - بدون تاريخ .

٦٢- الريحاني - سليمان - تطوير اختبار الافكار العقلانية واللاعقلانية - مجلة الدراسات والعلوم التربوية - المجلد (١٢) - ربيع الأول ١٩٨٥م العدد (١١) .

٦٣- الريحاني - سليمان - الافكار اللاعقلانية عند الاردنيين والامريكيين - دراسة عبر ثقافية في ضوء نظرية اليس في العلاج العقلاني العاطفي - دراسات في العلوم التربوية - المجلد (١١) - العدد الخامس - ١٩٨٧م .

٦٤- سري - اجلال محمد - دراسة التوافق النفسي لدى المدرسات المتزوجات والمطلقات وعلاقته ببعض مظاهر الشخصية - رسالة دكتوراه - كلية التربية - جامعة عين شمس - ١٩٨٢م .

٦٥- الشعباني - فاطمه مبارك - العوامل الاجتماعية والثقافية لتأخر الزواج في المجتمع الحضري - دراسة ميدانية تطبيقية في مدينة جده - رسالة ماجستير - ١٩٩٤م .

٦٦- الشيخ - محمد عبد العال - الافكار اللاعقلانية لدى الامريكيين والاردنيين والمصريين - دراسة عبر ثقافية في ضوء نظرية اليس للعلاج العقلاني والانفعالي .

٦٧- الشيخ - محمد عبد العال - أثر كل من العلاج العقلاني والانفعالي والتحصين المنهجي في تحقيق قلق الامتحان - رسالة دكتوراه - كلية التربية - جامعة طنطا .

٦٨- الطيب - عبد الظاهر ومحمد عبد العال الشيخ - الافكار اللاعقلانية لدى عينة من طلاب الجامعة وعلاقتها بالجنس والتخصص الاكاديمي .

٦٩- عالم - هدى محمد احمد - بعض العوامل الاجتماعية والثقافية التي تؤدي إلى الطلاق - اشراف محمد سعيد الغامدي - ابوبكر باقادر - دراسة ميدانية - ماجستير - ١٤١٤هـ - جامعة الملك عبد العزيز - جده - كلية العلوم الانسانية - قسم الاجتماع .

٧٠- عبد المعطي - حسن مصطفى وراوية محمد دسوقي - التوافق الزوجي وعلاقته بتقدير الذات - مجلة علم النفس - العدد (٢٨) - ١٩٩٢ السنة السابعة - تصدر من الهيئه المصريه العامه للكتاب .

٧١- عبد الجواد - ليلي احمد - دراسة لبعض العوامل النفسية والاجتماعية المرتبطة بالنجاح والفشل في الزواج واثرها على التوافق الدراسي للابناء - رسالة دكتوراه - كلية التربية - جامعة الأزهر - ١٩٧٩ م .

٧٢- عبد الرحمن - محمد السيد وراوية محمود حسين - التنبؤ بالتوافق الزوجي - بحوث المؤتمر الرابع لعلم النفس في مصر - مركز التنمية البشرية والمعلومات - يناير ١٩٨٨ م .

٧٣- عبد الرحمن - محمد السيد - دراسة لبعض المعلومات النفسية والاجتماعية للزواج وعلاقتها بالصحة النفسية للشباب - رسالة دكتوراه - كلية التربية - جامعة الزقازيق - ١٩٨٤ م .

٧٤- العبيدي - ابراهيم وعبد الله خليفه - بعض المحددات الاسريه والاجتماعيه لتأخر زواج الفتيات بمجلة العلوم الاجتماعيه - المجلد (٢٠) - العدد (٢-١) ١٩٩٢ م .

٧٥- فرح - عدنان وآخرون - قلق الاختيار والافكار العقلانيه واللاعقلانيه - مجلة علم النفس - العدد السابع والعشرون - السنه السابعه - ١٩٩٢ م .

٧٦- الفصيل - عبد الله عبد الرحمن - بعض خصائص المطلقين الاجتماعيه في أحد محاكم الطلاق السعوديه - مجلة جامعة الملك سعود - مجلد (٢) الاداب (١) - ١٩٩١ م - الناشر عمادة شؤون المكتبات - جامعة الملك سعود - الرياض .

٧٧- مانع - سعيد - توقعات الشباب والشابات حول الزواج - دراسته في التوجيه والارشاد الزوجي - مجلة كلية التربية بالمنصوره العدد (١٢) - ج (١) - ١٩٨٩ م .

٧٨- محمود - ثريا عبد الرؤوف - دراسه لدى فاعليه الاتجاه الوظيفي في التأثير الايجابي على مشاكل النزاع الاسري في القطاع الحضري بمصر - رسالة دكتوراه - كلية الخدمه الاجتماعيه - جامعة حلوان - ١٩٨١ م .

٧٩- المهني - غنيمه يوسف - الاسره والتيار الاجتماعي الكويتي - رسالة ماجستير - بدون تاريخ .

٨٠- ورنر - إيمي - اطفال جزيرة الحدائق - مجلة العلوم - المجلد (٨) العدد (٢) - ١٩٩٢ م .

دراسات استطلاعية غير منشورة :

٨١- الحجيلي - عايدة خليل وأخريات - رأي الشباب الجامعي السعودي في التعليم الجامعي للفتيات وأثره على تكوين الحياة الأسرية - دراسة استطلاعية - ١٩٨٨م

٨٢- الحساوي - منى وأخريات - دراسة ميدانية حول الطلاق في مجتمع الامارات بامارة دبي - دراسة مقدمه ضمن برنامج أساليب البحث العلمي لباحثات وزارة العمل والشؤون الاجتماعية - معهد التنمية الاداريه - دبي - ١٩٩٢م .

٨٣- عبيد - فاطمة وأخريات - دراسة حول مشكلة ظاهرة الطلاق - دراسة مقدمه ضمن برنامج البحث العلمي - معهد التنمية الاداريه - إمارة الفجيرة - بدون تاريخ .

٨٤- المدفع - سهير وأخريات - الطلاق أسبابه وآثاره الاجتماعية - دراسة ميدانية على مدينتي دبي والشارقة - دولة الامارات العربيه - معهد التنمية الاداريه .

٨٥- المهيزمي - فوزيه عبد الله - بحث ميداني عن عوائق الزواج بين الشباب بالمنطقة الشرقيه - التوجيه التربوي - منويبة تعليم البنات - الخبر ١٤٠٧هـ .

الصدف والمجلات العربية :

٨٦- مجلة الثقافة النفسية - جماعة من الاخصائيين ١٥ تموز ١٩٩٣م .

٨٧- مجلة العربي - العدد ١٣١ رجب ١٣٨٩هـ - اكتوبر ١٩٦٩م - الكويت .

٨٨- مجلة العربي - العدد ١٣٢ نوفمبر ١٩٦٩م - الكويت .

٨٩- مجلة العربي - العدد ٩٧ ديسمبر ١٩٦٦م - الكويت .

٩٠- المجلة العربية - العدد ٨٨ جمادى الثانية ١٤٠٥هـ .

٩١- المجلة العربية - ابراهيم ابراهيم زيدان - العدد ٩٦ السنة التاسعة - محرم ١٤٠٦هـ .

المراجع الأجنبية

- 1- Barton : K, Kawash G, and cattell . B (1972 Personality Motivation and Marital Role Factors as predictors of life Date , Journal of Marriage and the Family .
2. Bee. H.L., Mitchell, s K. the Developing person, Alifeson Ahroach second ed,
- 3- Berger, E. M. (1974) Irrational self sensure : The problem and it's correction The personnel and Guidance, J. pp. 193- 198 .
- 4 . Berger , E.M. (1982) : Self Devaluation in college students Rational Living Vol. 17, No. 1, pp. 23 - 25 .
- 5 . Beth. L. Fiseberg . (1976) : Affect and status Dimensions of Marital djustment , Journal of Marriage and the family .
- 6 . Bonaguro , Johana , (1974) : Amultiple Variable analysis of Marital djustment as a Basis for Formulating a theortical , Dissertation abstracts international.
- 7- Clenn , Norvald , (1975) : Marital and Family Role saticsfectio , Journal of Marriage the Family .
- 8 . Clenn, Norvald , (1975) : The contribution of Marriage to the psychological will bieng of Males and Females , Journal of Marriage and the family . Vol 37 No, 3 August .
- 9 . Corsini , Raymond (Ed., (1973) : Current Psychotherapies Illinis : F. E. Peacock Publishers, INC., P. 167- 292.25 - Daly , J.J., Self Esteeme and I Strational Beliefs : Anexploratory in - (1983) Vestigation with implications for counseling . J. of counseling psychology . Vol. 30, pp. 361- 366 .
- 10- Coldfried , M. & Sobocinski . (1975) : Effects of Irrational Beliefs on Emational Arousal , J. of counseling and clinical psych, Vol . 43 pp. 504 - 510.
11. Craighead, W. E., (1982) : A Brief clinical History of Cognitive behavior Rherapy with chidren . School Psychology Review, PP. 5 - 13 .
- 12 . Graham, B. spassier , (1972) : Romanticism and Marital Adjustment , Journal of Marriage and Family .

- 13- . Eidelerger . Encyclopedia of psycheatvysis New York . The free press , (1968) .
- 14 . Esllman , Ross J, (1965) : Menlal Health and Marital Iteration - in young Marriage ,
Journal of Marriage the Family Vol 27. No2, May 1965 .
- 15- Etaugh, Claire and Malstron , Joann, (1981) : The Effect of Marital status an person
perseption , Journal of Marriage and the Family Vol. 43 No.4 . November .
- 16- Filsinger E. And Wilson M. (1986) : Religiosity and marital a djustment multidimensionnal
interrelationships - Journal of Marriage and the Family .
- 17 . Ford . H.D, (1963) systems of psychotherapy : A comparative study New York : John wieley
and sons , Inc., P 497 .
- 18- Hofman , Kees G, (1970) : Marital Adjustment and interactionRelated to Individual
adjustment of spousesin clinic and and mondic families , Dissertation Abstracts
Internional .
- 19 . James Waiters , Nich Stimett (1971) parent child polationships Adecade Review of
Research, Journal of Marriage and the Family February . (1971) .
20. Kassinova , H. et al ., (1977) : Development Trends in Rational - thinking : Implications for
Rational Emotive , School Mental Health Programs . J. Of Community psyschology , Vol. 5
pp . 266 274 .
- 21 . Kitson , Gay and sussman , Marvin B. : Marital compliantal , Marital compliants
Demographic characteristics . And Symptoms of mental distress in Divorce Juornal of
Marriage and the Family Vol, (44) (1982) .
22. Levinger , George Asocial Psychological Perspective on Narrital dissolution , Journal of
Social issues . Vol (32) No, (1) (1976)
23. Loher , J. M. (1982) : Relationships between Assrtiveness and Factorially Validated
Measures of Deliefs , conuscling therapy and research , Vol. 6. pp . 353 - 356 .

24. New Mark & Whitt , (1983) : Endorsement of Ellis - Irrational Beliefs as a Function of DSM, III psychotic Diagnoses , Journal of clinical cal Psychology , Vol. 39, No . 6 pp. 820 - 823 .
25. Nelson , E. R. (1977) : Irrational Bellefs in Depression , Journal of counseling and clinical psychology . Vol. 6 , pp.1119-1191.
26. Patterson , C. H., (1980) : Theories of counseling and psychotherapy , New York . : Harper and Row Publishers , 67 - 68 ., 72 - 73 .
- 27 . Robert G. Ryder, (1975) : Longitudinal Date Relating Marriage satisfaction and Having a child , Journal of Marriage and Family .
28. Rebertson : The changing Rcle of Woman Sociology , Worth publishers Ink : New York (1987) .
29. Selzer Tehila (1978) : Selected Factors and combination of Factors which predict Marital setisfaction for Married Dissertation Abstracts international .
30. Sharonk Housek Nacht , (1981) : Combining Marriage and carrer the Marital Adjustment of Professional woman , Journal of Marriage and the Family .
31. Smith , Jana K. (1982) : Irrational Beliefs in college population Journal of rational Living Vol. 17 , No. I, pp. 35- 36 .
32. Smith . T. W., (1982) : Irrational Beliefs in the cause and Treatment of Emotional Distress , A critical Review of the Rational Emotive Model Clinical psychology Review . Vol.2,pp. 505 - 522 .
33. Vestre , Norris , D. (1984) : Irrational Beliefs and Self reported Depressed Mood . Journal of Abnormal psychology . Vol. 93 , No . 2 , pp . 239 - 241 .
34. Zwerner , W. A. And Dffenbacher, (1984) : Irrational Beliefs, Anger and Anxiety , Journal of counseling psychology . Vol . 31 , No 3 . pp 391 - 393 .

قائمة الملاحق

ملحق رقم (١)

معلومات عامة - إعداد الباحثه

ملحق رقم (٢)

اختبار الأفكار العقلانية وغير العقلانية

إعداد الدكتور

سليمان الريحاني

ملحق رقم (٣)

خطاب الدكتور سليمان الريحاني مع اختبار

الأفكار العقلانية وغير العقلانية واجابته

الملحق رقم (١)

معلومات عامة

- السن . ()
- المستوى الدراسي ()
- محل الإقامة الدائم . مدينة () قرية ()
- نوع السكن . مستقل () مشترك ()
- عدد الحجرات في السكن . ()
- الحالة الاجتماعية . انسة () متزوجة () مطلقة ()
- () : فن - جمالة كوثك . "ممتزوجة" او "مطلقة" الرجا ، الاجابة عما ياتي /
- عدد الافراد الذين يقيمون معك . (غير الزوج والاولاد)
- (ذكر) (انثى) (يوجد) (لا يوجد)
- زملة القرابة بين الزوجين . (يوجد) (لا يوجد)
- العمر عند الزواج . ()
- طول مدة الزواج . ()
- عدد الاولاد . ذكر () انثى ()
- مهنة الزوج . ()
- المهوول الدراسي للزوج . ()
- جملة الدخل الشهري للأسرة . ()
- الوالدين على قيد الحياة . (للزوج) او (للمطلق)
- (نعم) (لا) (لا) (لا) (الام فقط) (الاب فقط)
- يحمل احد الوالدين او كلاهما .
- (نعم) (لا)

إعداد الباحث

الملحق رقم (٢)

بسم الله الرحمن الرحيم

أختي الطالبة /

سلام الله عليك ورحمته وبركاته ،

بين يديك قائمة تحتوي على مجموعة من العبارات والجمل التي تعبر
عن أفكار ومبادئ واتجاهات يؤمن بها البعض أو يرفضها بشكل مطلق .
أرجو قراءة كل من تلك العبارات ووضع إشارة (x) في المكان المناسب في
ورقة الإجابة الذي يعبر عن موقفك من كل منها .

راجياً التكرم بالإجابة على جميع العبارات بكل الصراحة والصدق
الممكنين مع ملاحظة أن اسمك الكريم غير مطلوب ذكره على الإطلاق أو أي
شيء يدل على شخصيتك ، كما أذكرك أن هذه المعلومات سرية ولا يطلع عليها
أحد سوى الباحثة .

ولك الشكر مسبقاً .

الباحثة

العبارة

لا	نعم		
١		لا أتريد أبدأ بالتضحية بمصالحى ورغباتى في سبيل رضى وجب الآخرين	١
٢		أؤمن بأن كل شخص يجب أن يسعى دائماً لتحقيق أهدافه بأقصى ما يمكن من الكمال	٢
٣		أفضل السعي وراء إصلاح المسيئين بدلاً من عقابهم أو لومهم	٣
٤		لا أستطيع أن أقبل نتائج أعمال تنهى على غير ما أتوقع	٤
٥		أؤمن بأن كل شخص قادر على تحقيق سعادته بنفسه	٥
٦		يجب أن لا يشغل الشخص نفسه في التفكير بإمكانية حدوث الكوارث والمخاطر	٦
٧		أفضل تجنب الصعوبات بدلاً من مواجهتها	٧
٨		من المؤسف أن يكون الإنسان تابعاً للآخرين ومعتمداً عليهم	٨
٩		أؤمن بأن ماضي الإنسان يقرر سلوكه في الحاضر والمستقبل	٩
١٠		يجب أن لا يسمح الشخص لمشكلات الآخرين أن تمنعه من الشعور بالسعادة	١٠
١١		أعتقد أن هناك حل مثالي لكل مشكلة لا بد من الوصول إليها	١١
١٢		إن الشخص الذي لا يكون جدياً ورصيناً في تعامله مع الآخرين لا يستحق احترامهم	١٢
١٣		أعتقد أنه من الحكمة أن يتعامل الرجل مع المرأة على أساس المساواة	١٣
١٤		يرزعجني أن يصدر عني أي سلوك يجعلني غير مقبول من قبل الآخرين	١٤
١٥		أؤمن بأن قيمة الفرد ترتبط بمقدار بما ينجز من أعمال حتى وإن لم تنصف بالكمال	١٥
١٦		أفضل الامتناع عن معاقبة مرتكبي الأعمال الشريرة حتى أتبين الأسباب	١٦
١٧		أخوف دائماً من أن تسير الأمور على غير ما أريد	١٧
١٨		أؤمن بأن أفكار الفرد وفلسفته في الحياة تلعب دوراً كبيراً في شعوره بالسعادة أو النعاسة	١٨
١٩		أؤمن بأن الخوف من إمكانية حدوث أمر مكروه لا يقلل من احتمال حدوثه	١٩
٢٠		أعتقد أن السعادة هي في الحياة السهلة التي تخلو من تحمل المسؤولية ومواجهة الصعوبات	٢٠
٢١		أفضل الاعتماد على نفسي في كثير من الأمور رغم إمكانية القشل فيها	٢١
٢٢		لا يمكن للفرد أن يتخلص من تأثير الماضي حتى وإن حاول ذلك	٢٢
٢٣		من غير الحق أن يحرم الفرد نفسه من السعادة إذا شعر بأنه غير قادر على إسعاد غيره ممن يعانون من الشقاء	٢٣
٢٤		أشعر باضطراب شديد حين أفضل في إيجاد الحل الذي اعتبره حلاً مثالياً لما أواجهه من مشكلات	٢٤
٢٥		يفقد المرء هيبته واحترام الناس له إذا تكلم من المرح والمزاح	٢٥
٢٦		إن تعامل الرجل مع المرأة من منطلق تفوقه عليها يضر في العلاقة التي يجب أن تقوم بينهما	٢٦

لا	نعم	العبرة	
٢٧		أؤمن بأن رضى جميع الناس غاية لا تدرك	٢٧
٢٨		أشعر بأن لا قيمة لي إذا لم أنجز الأعمال الموكلة إلي بشكل يتصف بالكمال مهما كانت الظروف	٢٨
٢٩		يعض الناس مجبولون على الشر والخسة والنذالة ومن الواجب الابتعاد عنهم واحتقارهم	٢٩
٣٠		يجب أن يقبل الإنسان بالأمر الواقع إذا لم يكن قادراً على تغييره	٣٠
٣١		أؤمن بأن الحظ يلعب دوراً كبيراً في مشكلات الناس وتعاستهم	٣١
٣٢		يجب أن يكون الشخص حذراً ويقظاً من إمكانية حدوث المخاطر	٣٢
٣٣		أؤمن بضرورة مواجهة الصعوبات بكل ما أستطيع بدلاً من تجنبها والابتعاد عنها	٣٣
٣٤		لا يمكن أن أتصور نفسي دون مساعدة من هم أقوى مني	٣٤
٣٥		أرفض أن أكون خاضعاً لتأثير الماضي	٣٥
٣٦		غالباً ما تؤثرني مشكلات الآخرين وتحرمني من الشعور بالسعادة	٣٦
٣٧		من العبث أن يصير الفرد على إيجاد ما يعتبره الحل المثال يلما يواجهه من مشكلات	٣٧
٣٨		لا أعتقد أن ميل الفرد للمداعبة والمزاح يقل من احترام الناس له	٣٨
٣٩		أرفض التعامل مع الجنس الآخر على أساس المساواة	٣٩
٤٠		أفضل التمسك بأفكارى ورغباتى الشخصية حتى وإن كانت سيئاً في رضى الآخرين لي	٤٠
٤١		أؤمن أن عدم قدرة الفرد على الوصول إلى الكمال فيما يعمل لا يقلل من قيمته	٤١
٤٢		لا أتردد في لوم وعقاب من يؤذي الآخرين ويسبب إليهم	٤٢
٤٣		أؤمن بأن ما كل ما يتمنى المرء يدركه	٤٣
٤٤		أؤمن بأن الظروف الخارجة عن إرادة الإنسان غالباً ما تقف ضد تحقيقه لسهواته	٤٤
٤٥		يتأبني خرف شديد من مجرد التفكير بإمكانية وقوع الحوادث والكوارث	٤٥
٤٦		يسرني أن أواجه بعض المصاعب والمسؤوليات التي تشعرني بالتحدي	٤٦
٤٧		أشعر بالضعف حين أكون وحيداً في مواجهة مسؤولياتي	٤٧
٤٨		أعتقد أن الإلحاح على التمسك بالماضي هو عثر يستخدمه البعض لتبرير عدم قدرتهم على التغيير	٤٨
٤٩		من غير الحق أن يسعد الشخص وهو يرى غيره يتعذب	٤٩
٥٠		من المنطق أن يفكر الفرد في أكثر من حل لمشكلته وأن يقول بما هو عليه ويمكن بدلاً من الإصرار على البحث عما يعتبره حلاً مثالياً	٥٠
٥١		أؤمن بأن الشخص المنطقي يجب أن يتصرف بعفوية بدلاً من أن يقيد نفسه بالرسمية والجدية	٥١
٥٢		من العيب على الرجل أن يكون تابعاً للمرأة	٥٢

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

University of Jordan
Faculty of Graduate Studies
Amman - Jordan
Tel. 843555 - Telex 21629



الجامعة الاردنية
كلية الدراسات العليا
عمان - الاردن
تلفون ٨٤٣٥٥٥ - تلکس ٢١٦٢٩

الملحق رقم (٣)

Ref. _____
Date _____

الرقم _____
التاريخ _____
الموافق ١٩٩٤/١/٣١

الغاضله زين محمد سعيد بن ججلان المحترم

تحية طيبة ، وبعد ،

أرفق طيا اختبار الافكار العقلانية واللاعقلانية ، راجيا الاستفادة منها في مجال دراستكم ، متينيا
لكم التوفيق والنجاح .

وتغفلوا بقبول فائق الاحترام ،،،

نائب عميد كلية الدراسات العليا
وأستاذ الارشاد النفسي والتربوي

الأستاذ الدكتور سليمان الريحاني

اختبار الأفكار العقلانية واللاعقلانية

اعداد الدكتور : سليمان الريحاني
رئيس قسم علم النفس - الجامعة الاردنية
عمان - الاردن

١٩٨٥

تحيّة طيبة ،

إيلا بنيت أئمة فتيري على مجموعة من المبادئ والمبادئ التي نمر عن الفكر ومبادئ
واشياء أخرى من هذا القبيل أو يرفضها بشكل مطلق ، أرجو قراءة كل من تلك المبادئ
ووضع إشارة (x) في المكان المناسب لي وربة الإجابة الذي يمر عن مرفق من كل منها
راجيا التكرم بالإجابة على جميع المبادئ بكل الصراحة والصديق الممكن .

أرجو التأكيد من الإجابة على جميع المبادئ دين استثناء ، ولك جالس الفكر والتقدير .

